

ISSN 1999-6799

Научно-методический журнал

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ – НАУКА И ПРАКТИКА



№3-2010

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ – НАУКА И ПРАКТИКА

ISSN 1999-6799

НАУЧНО–МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЖУРНАЛРегистрационный номер
ПИ №ФС 14-0420от 07 июля 2006 года,
зарегистрирован в Кубанском
Управлении Федеральной
службы по надзору
за соблюдением
законодательства
в сфере массовых
коммуникаций и охране
культурного наследияПериодичность издания –
4 номера в год**УЧРЕДИТЕЛИ:**Кубанский государственный
университет физической
культуры, спорта и туризмаДепартамент по физиче-
ской культуре и спорту
Краснодарского края

Издается с 1999 года

Главный редактор
С. М. АХМЕТОВ
Тел. (861) 255–35–17
тел/факс (861) 255–35–73**Редколлегия:**Г. Д. АЛЕКСАНИАНЦ
В. А. БАЛАНДИН
В. К. БУРИЧЕНКО
Г. Б. ГОРСКАЯ
Л. С. ДВОРКИН
С. С. ЗЕНГИН
С. Г. КАЗАРИНА
Г. Ф. КОРОТЬКО
Г. А. МАКАРОВА
А. И. ПОГРЕБНОЙ
А. Б. ТРЕМБАЧ
К. Д. ЧЕРМИТ
Л. А. ЧЕРНОВА
Ю. К. ЧЕРНЫШЕНКО
М. М. ШЕСТАКОВ
Ю. А. ШУЛИКАОтветственный за выпуск
Е. И. ПОРОГЕРАдрес редакции:
350015, г. Краснодар,
ул. Буденного, 161
тел/факс (861) 255–35–85

СОДЕРЖАНИЕ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

- Л. С. Дворкин, О. Ю. Дюшко, В. В. Зарко.** Особенности физического развития молодых борцов греко-римского стиля в процессе многолетней подготовки..... 2
- А. А. Михитаров, В. В. Марченко, Ю. В. Кузнецов.** Особенности методики скоростно-силовой подготовки тяжелоатлетов в базовом мезоцикле силовой направленности..... 5
- А. А. Винниченко, А. В. Козляков.** Разновидность индивидуального подхода при отборе в спортивные секции по вольной борьбе..... 11
- А. А. Глазин, Е. А. Колесникова, В. В. Костюков.** Повышение результативности бросков мяча со средней дистанции баскетболистками студенческих команд..... 16

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ

- Л. С. Дворкин, А. Н. Загитов, В. В. Зарко, Р. А. Никонова.** Модель мотивационно-ценностных ориентаций формирования интереса у школьников к занятиям борьбой..... 19
- Е. Б. Новикова, В. А. Баландин.** Формирование толерантности у учащихся 5 классов в период адаптации к обучению в средней школе..... 23
- М. Ю. Пушкарный, М. В. Кожаева.** Анализ факторов, влияющих на успешность учебной и регулярность тренировочной деятельности школьников..... 26
- М. Т. Турскельдина.** Факторы, определяющие развитие физической культуры младших школьников..... 30

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

- О. В. Шпырня, С. В. Евтушенко.** Основные направления подготовки кадров для обеспечения въездного международного туризма..... 33

ФИЗИОЛОГИЯ И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

- Л. А. Дмитренко, А. В. Ясинская.** Динамика частоты сердечных сокращений у игроков в настольный теннис при выполнении технико-тактических действий без вращения мяча..... 36
- И. И. Худoley, А. А. Матишев, Р. Р. Рамазанов, М. М. Трубилина, А. И. Плотников.** К вопросу о состоянии здоровья юных спортсменов..... 40
- В. Л. Друшевская.** Скоростные и экстраполяционные способности акробатов разной квалификации..... 46

ПСИХОЛОГИЯ

- Г. Б. Горская, Ю. М. Босенко.** Структура и индивидуально типологические предпосылки защитного поведения высококвалифицированных тхэквондистов..... 49

ЭКОНОМИКА

- М. М. Сапарбаев.** Роль государственного регулирования экономики на пути к благосостоянию экономики..... 54

ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКТОРА

- Международная научно-практическая конференция..... 59
- Задачи развития образования и науки в сфере физической культуры и спорта и их решение..... 60
- Связи с общественностью в спорте: итоги конференции..... 62

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ МОЛОДЫХ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ В ПРОЦЕССЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ

Доктор педагогических наук, профессор А. С. Дворкин,
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.
кандидат педагогических наук О. Ю. Дюшко, директор ДЮСШ «Виктория», г. Тарко-Сале,
тренер-преподаватель В. В. Зарко, ДЮСШ «Виктория», г. Тарко-Сале.
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161.

В статье рассматриваются результаты антропометрических исследований одних и тех же спортсменов и нетренированных школьников в возрасте от 10 до 18 лет и студентов 17-18 лет. В показатели физического развития вошли данные о длине и весе тела, окружности грудной клетки и степени полового созревания. Выявлена динамика половозрастных и спортивно-педагогических особенностей физического развития детей, подростков и юношей.

Ключевые слова: антропометрические показатели, борцы, легкоатлеты, школьники.



В растущем организме наиболее ярко прослеживается проявление взаимосвязи и взаимодействия формы и содержания как одного из основных положений диалектики. Ф. Энгельс в работе «Диалектика природы» дал философское обобщение основного принципа развития всего живого: «Вся органическая природа является одним сплошным доказательством тождества или неразрывности формы и содержания. Морфологические и физиологические явления, форма и функции обуславливают взаимно друг друга» (20).

Диалектическая взаимосвязь формы и функции особенно заметна в детском, подростковом и юношеском возрасте, когда происходят выраженные морфологические и функциональные преобразования, что, в свою очередь, стимулирует формирование всего организма (4, 5, 8, 9, 12, 16, 17, 18 и др.). По мнению А. А. Маркосяна, развитие организма происходит при постоянной адаптации его к воздействию внешней среды, выработке в связи с этим необходимых приспособительных механизмов, обеспечивающих эффективное функционирование и совершенствование всех органов и систем человека (18).

Занятия в секции борьбы являются тем внешним фактором, который в значительной степени оказыва-

ет воздействие на морфофункциональное состояние организма занимающихся, особенно в молодом возрасте. В целом ряде работ достаточно глубоко рассматриваются вопросы морфофункциональных изменений организма в связи с занятиями различными видами спорта (1, 2, 3, 10, 11, 19 и др.). Тем не менее, они не позволяют дать полную характеристику происходящим с возрастом изменениям в физическом развитии и функциональным возможностям организма молодых борцов, начиная с их первых шагов спорте.

В работах И. А. Аршавского, А. А. Гужаловского, З. И. Кузнецовой и др. отмечается важность и необходимость учета сенситивных (критических) периодов развития, отличающихся повышенной чувствительностью организма

к воздействиям внешней среды. Экспериментально установлено, что более быстрый, полный и устойчивый эффект обучения двигательным действиям и развития физических способностей может быть достигнут именно в эти периоды (6, 14). Поэтому и управление процессом многолетней спортивной подготовки будет более эффективным, если преимущественная направленность тренировочного процесса на отдельных его этапах будет определяться с учетом данных о периодах наибольшего естественного прироста в развитии двигательных качеств и функциональных возможностей организма юных каратистов.

В данной статье рассматриваются результаты антропометрических исследований одних и тех же борцов в возрасте от 10 до 18 лет в количестве 154 человек.

В качестве контрольных показателей физического развития борцов параллельно исследовались школьники 10-16 лет (225 человек) и студенты 17-18 лет (121 человек), не занимавшиеся каким-либо видом спорта, а также одни и те же легкоатлеты-бегуны в возрасте от 10 до 18 лет (28 человек), которые занимались спортом в ДЮСШ и при выпуске достигли уровня мастеров спор-

та, кандидатов в мастера спорта и первого разряда. В показатели физического развития вошли данные о длине и весе тела, окружности грудной клетки и степени полового созревания.

Степень полового созревания. Степень полового созревания (СПС) у исследуемых борцов с 10 до 18 лет была различной (табл.). Отмечается заметное различие СПС в период с 12 до 15 лет и некоторое её уменьшение в 16-17 лет. В возрасте 17-18 лет большинство исследуемых спортсменов и нетренированных сверстников СПС друг от друга достоверно не отличались. Выявлено, что тип биологической зрелости оказывает существенное влияние не только на уровень физической подготовленности, но и на возрастную динамику годовых приростов физического развития, которые наиболее интенсивно улучшаются на всем протяжении пубертатного периода (у мальчиков – с 12 до 16 лет, у девочек – с 11 до 15 лет). Так, для большинства исследуемых характеристик физического развития борцов-акселерантов периоды с наиболее интенсивными темпами прироста показателей тотальных размеров тела на 1-2 года опережают, а борцов-ретардантов – отстают от аналогичных возрастных периодов борцов с нормальным типом биологического развития. Борцы с замедленным типом биологической зрелости увеличивают темпы прироста спортивных результатов после 15-17 лет на фоне некоторой стабилизации или даже остановки результатов у акселерантов и медиантов в возрасте 14-16 лет.

Таблица

Соотношение периодов с наиболее высокими темпами прироста показателей физического развития с разным типом биологической зрелости борцов (мальчики)

| Показатели | Периоды с высокими темпами прироста | | |
|-----------------------|-------------------------------------|----------|------------|
| | акселеранты | медианты | ретарданты |
| Мальчики | | | |
| Длина тела | 12-13 | 13-14 | 14-15 |
| Вес тела | 11-13 | 14-15 | 14-16 |
| ОГК | 12-14 | 15-16 | 16-17 |
| Индекс Кетле | 11-13 | 13-15 | 14-16 |
| Кистевая динамометрия | 11-13 | 12-13 | 13-16 |
| Становая динамометрия | 13-16 | 15-17 | 16-18 |
| Девочки | | | |
| Длина тела | 11-12 | 12-13 | 13-16 |
| Вес тела | 11-12 | 13-14 | 14-15 |
| ОГК | 11-13 | 12-15 | 13-16 |
| Индекс Кетле | 11-14 | 12-16 | 13-14 |
| Кистевая динамометрия | 11-13 | 12-14 | 13-15 |
| Становая динамометрия | 12-14 | 13-16 | 15-17 |

Динамика длины тела. Если принять показатель бегунов за 100%, то длина тела у борцов 10 лет состав-

ляла 94,4%, а у другой группы – 95,3%. Следовательно, юные легкоатлеты были в 10 лет достоверно выше своих сверстников из исследуемых групп борцов ($t = 8,3$) и не занимающихся спортом ($t = 4,5$). Длина тела борца имеет тесную связь с весовой категорией. Причем, чем моложе спортсмены, тем более высок коэффициент вариации длины тела в одной весовой категории, за исключением весовой категории до 45 кг. Самый высокий коэффициент вариации показателей длины тела был у 14-летних борцов в весовой категории до 55 кг (14%). Начиная с 16 лет длина тела борцов стабилизировалась практически во всех весовых категориях. Это видно из того, что преобладающее число показателей коэффициента вариации находилось в пределах до 5%.

Возрастная динамика изменения веса тела. Исходные показатели. Юные борцы в 10 лет были достоверно тяжелее своих сверстников, не занимающихся спортом, и легкоатлетов. По отношению к борцам вес легкоатлетов составлял 90,5%, а нетренированных – 83%. Наибольший разброс статистических данных веса тела в этот период исследований оказался в группе нетренированных школьников ($V = 28,2\%$), у борцов и легкоатлетов коэффициент вариации составлял соответственно 12,9 и 11,2%. Динамика прироста веса тела в целом у всех исследуемых групп имела много общего. Причем характер изменения веса тела по отношению к предыдущему возрасту у борцов больше приближался к тому, что наблюдалось у легкоатлетов, чем у нетренированных лиц. Наибольший ежегодный прирост в весе тела у борцов был зарегистрирован в возрасте 13 и 15 лет (соответственно 9,0 и 8,9 кг), у легкоатлетов – в 13 и 14 (8,1 и 6,6 кг) и у нетренированных сверстников – в 14 и 16 лет (7,6 и 6,5 кг). При рассмотрении динамики прироста веса тела по отношению к 10-летнему возрасту было отмечено, что абсолютный прирост веса тела заметно изменялся в возрасте от 10 до 14 лет и несколько замедлялся к 17-18 годам во всех группах исследуемых. Так, у борцов к 16 годам абсолютный прирост веса тела по отношению к 10-летнему возрасту составил 27,4 кг, у легкоатлетов – 23,8 и у нетренированных школьников – 18,3 кг; в 18 лет соответственно 30,2, 30,6 и 23,8 кг.

Возрастные изменения окружности грудной клетки. Первые исследования окружности грудной клетки (ОГК), проведенные на 10-летних подростках-спортсменах и не занимающихся спортом, говорят о том, что этот показатель во всех группах в среднем соответствовал возрастным нормам. В то же время уровень ОГК у борцов 10 лет больше соответствовал тому, что наблюдалось у легкоатлетов того же возраста, чем у нетренированных сверстников. В среднем ОГК у 10-летних борцов составляла 68,9 ($= 7,6$; $C = 9,6\%$), у легкоатлетов – 67,1 ($= 5,6$; $C = 6,4\%$) и у нетренированных школьников – 62,1 см ($= 6$, $C = 8\%$).

Абсолютное значение ОГК к 18 годам составило у борцов 99,6 ($= 12,8$; $V = 12,6\%$), у легкоатлетов – 94 ($= 8,2$; $V = 8,7\%$) и у нетренированных сверстников – 93 см ($\delta = 13,4$; $V = 14,3\%$). Следовательно, у легкоатлетов и нетренированных сверстников показатель ОГК к 18

годам достиг практически одинакового уровня. Если в целом рассматривать динамику изменения ОГК у исследуемых лиц, то видно, что у борцов наиболее выраженный прирост этого показателя физического развития происходит с 10 до 16 лет, а затем наблюдается его снижение. У легкоатлетов характер изменения ОГК такой же, что и у борцов, а у нетренированных лиц выраженный прирост отмечается в период с 16 до 18 лет. Объяснить данную причину можно, очевидно, тем, что занятия спортом ускоряют процесс физического развития, особенно в период полового созревания.

Выводы

10-18-летний возраст наиболее благоприятный для физического развития борцов. При этом у них наблюдается сохранение естественных изменений физического развития в соответствии с теми особенностями, которые присущи каждому возрастному периоду. Это видно из того, что характер изменения физического развития у борцов во многих чертах напоминал то, что наблюдалось у легкоатлетов и нетренированных сверстников. В то же время количественные показатели физического развития у борцов, особенно веса тела и окружности грудной клетки (в подростковом возрасте), отличались от таковых у нетренированных сверстников и в меньшей степени – у легкоатлетов того же возраста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамовский, И. Н. Зависимость между силой, весом и ростом спортсмена // Теория и практика физической культуры. 1968. – С. 17–19.
2. Александров, С. Г., Шестаков, М. М. Динамика физического развития учащихся казачьего корпуса в рамках реализации типовой программы физического воспитания // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КубГАФК / под ред. В. А. Якобашвили и А. И. Погребного. – Том 3. – Краснодар: Куб ГАФК, 2000. – С. 4–8.
3. Алексина, Л. А. Морфофункциональные механизмы адаптации организма: Сб. научных тр. / под ред. Л. А. Алексинной. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1988. – 106 с.
4. Амосов, Н. М. Раздумья о здоровье. – М.: Медицина, 1987. – 116 с.
5. Анохин, П. К. Биология и нейрофизиология условного рефлекса. – М.: Медицина, 1968. – 547 с.
6. Аршавский, И. А. Очерки по возрастной физиологии. – М.: Медицина, АМН СССР, 1967. – 204 с.
7. Аршавский, И. А. Основы возрастной периодизации // Возрастная физиология. – Л.: Наука, 1975. – С. 5–67.
8. Бальсевич, В. К. Онтокинезиология человека. – М.: Теория и практика физ. культуры, 2000. – 275 с.
9. Бахрах, И. И. Спортивно-медицинские аспекты проблемы биологического возраста подростков: автореф. дис. ... д-ра мед. наук. – М., 1981. – 42 с.
10. Булгакова, Н. Ж. Отбор и подготовка юных пловцов. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 192 с.
11. Властовский, В. Г. Акселерация роста и развития детей: эпохальная и внутригрупповая. – М.: Изд-во МГУ, 1976. – 279 с.
12. Возраст и становление спортивного мастерства / под ред. В. М. Волкова. – Смоленск, 1974. – 233 с.
13. Волков, Л. В. Физические способности детей и подростков. – Киев: Здоровье, 1981. – 117 с.
14. Гужаловский, А. А. Этапность развития физических качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: дис. ... д-ра пед. наук. – Минск-Челябинск, 1978. – 285 с.
15. Дворкин, Л. С. Научно-педагогические основы системы многолетней подготовки тяжелоатлетов: дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1990. – 453 с.
16. Заглухинская, Л. Н. Развитие наружных половых органов и вторичных половых признаков у мальчиков школьного возраста // Русский антропологический журнал. – 1928. – Т. 1. – Вып.3–4.
17. Маркосян, А. А. Основы морфологии и физиологии организма детей и подростков. – М.: Медицина, 1969. – 247 с.
18. Маркосян, А. А. Развитие человека и надежность биологической системы // Основы морфологии и физиологии организма детей и подростков. – М.: Медицина, 1969. – С. 5–13.
19. Мартиросов, Э. Г. Соматический статус и спортивная специализация: дис. в виде научного доклада д-ра биол. наук. – М, 1998. – 87 с.
20. Энгельс Ф. Роль труда в процессе превращения обезьяны в человека. – М.: Госполитиздат, 1950. – 14 с.

PECULIARITIES OF THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF GREKO-ROMAN STYLE YOUNG WRESTLERS IN THE PROCESS OF TRAINING LASTING MANY YEARS

Dvorkin L., Doctor of Pedagogics, Professor,

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.

Dyushko O., Candidate of Pedagogics, Director of ChySS «Victoria», the city of Tarko-Sale.

Zarko V., Coach-Teacher, ChySS «Victoria», the city of Tarko-Sale.

Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

The results of anthropometric researches of the same untrained schoolchildren-sportsmen at the age from 10 to 18 years old, and 17-18 aged students are examined in the paper. Data about the length and the body weight, thorax circumference and the degree of sexual ripeness. Were

included into the indices. The dynamics of sex and age, and sports pedagogical peculiarities of children's, teenagers' and young people's development has been revealed.

Key words: anthropometric indices, wrestlers, track-and-field athletes, schoolchildren.

ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ В БАЗОВОМ МЕЗОЦИКЛЕ СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Доцент А. А. Михитаров,

доцент В. В. Марченко,

преподаватель Ю. В. Кузнецов

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

Цель исследования: установить особенности скоростно-силовых тренировок в структуре базовых мезоциклов силовой направленности и их влияние на уровень специальной подготовленности тяжелоатлетов.

Исследование проводилось на спортивной базе КГУФКСТ. В нем приняло участие 14 тяжелоатлетов: 8 кандидатов в мастера спорта и 6 перворазрядников.

Все они приступили к занятиям после 2-месячного перерыва и тренировались в течение 3 мезоциклов.

Планирование скоростно-силовых тренировок в рамках базового мезоцикла силовой направленности предусматривает решение двух основных задач. Первая – создание благоприятных условий для протекания восстановительных процессов в организме атлетов после выполнения интенсивных силовых нагрузок; вторая – совершенствование в технике рывка и толчка.

Ключевые слова: мезоцикл, скоростно-силовая тренировка, рывковые и толчковые упражнения, величина нагрузки, уровень специальной подготовленности.

На протяжении многих лет специальной силовой подготовке спортсменов уделяется пристальное внимание со стороны специалистов в области тяжелой атлетики. Увеличение силовых и скоростно-силовых показателей в соответствии с разработанными модельными характеристиками создает благоприятные предпосылки для успешного совершенствования технико-тактического мастерства атлетов. Благодаря этому становится возможным достижение более высоких спортивных результатов в соревновательных упражнениях [1, 3]. Для решения вышеотмеченных задач необходимо определить оптимальную структуру



базового мезоцикла силовой направленности, выбора необходимых упражнений, определения величины нагрузки, рационального распределения выбранных средств в тренировках микро- и мезоциклов [4, 5]. Особый интерес представляет методика скоростно-силовой подготовки тяжелоатлетов в условиях выполнения интенсивных силовых нагрузок.

В этой связи оптимальное сочетание тренировок силовой и скоростно-силовой направленности приобретает определяющее значение для эффективной подготовки тяжелоатлетов в базовых мезоциклах.

Цель исследования: установить особенности скоростно-силовых тренировок в структуре базовых мезоциклов силовой направленности и их влияние на уровень специ-

альной подготовленности тяжелоатлетов.

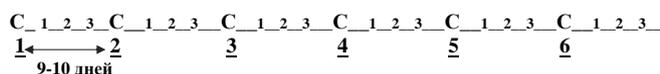
Задачи исследования:

- 1) выявить динамику параметров нагрузки в скоростно-силовых тренировках трех мезоциклов;
- 2) выявить динамику высоты прыжка вверх с места в скоростно-силовых тренировках трех мезоциклов;
- 3) установить степень связи основных параметров скоростно-силовой нагрузки с высотой прыжка вверх с места;
- 4) определить величину прироста результатов в толчке, рывке классическом и прыжке вверх с места в трех мезоциклах.

Исследование проводилось на спортивной базе КГУФКСТ. В нем приняли участие 14 тяжелоатлетов: 8 кандидатов в мастера спорта и 6 перворазрядников.

Все они приступили к занятиям после 2-месячного перерыва и тренировались в течение 3 мезоциклов. Структура мезоциклов оставалась практически без изменений. Средний тренировочный цикл (мезоцикл) включал в себя 6 микроциклов. Каждый из них состоял из кумуляционной и восстановительной части. Ку-

кумуляционную часть составили тренировки с большими нагрузками силовой направленности, а восстановительную – со средними и малыми нагрузками преимущественно скоростно-силовой направленности. Начался микроцикл силовой тренировкой, затем с интервалом в один день следовали три скоростно-силовые тренировки. Длительность микроцикла равнялась 9-10, а мезоцикла – 54 и 60 дням. За это время предусматривалось выполнение 24 тренировок: 6 силовых и 18 скоростно-силовых.



В тренировках кумуляционной части микроциклов использовались только базовые силовые упражнения: приседание со штангой за головой и тяга толчковым хватом. В тренировках восстановительной части – рывковые и толчковые упражнения, которые начинались из определенных исходных положений, с различной предварительной стимуляцией мышц и завершались соответствующим конечным положением. Здесь же применялись комбинированные упражнения.

Исходные положения – подъем штанги с помоста, стоя на возвышении, с вися гриф ниже и выше колен, из полуприседа, стоя со штангой на груди и на прямых руках. Предварительная стимуляция мышц осуществлялась статическим напряжением мышц (подъем снаряда с опоры и с 2-секундной остановкой в исходном положении) и их резким растягиванием (с ходу).

Конечные положения: подъем штанги без подседа, в полуподсед, в подсед «разножка» и «ножницы».

Основные тренировочные веса в рывковых и толчковых упражнениях находились в пределах от 50 до 100%.

Для тренировок восстановительной части микроцикла рекомендовались следующие количественные характеристики нагрузки: средний тренировочный вес – от 52 до 77%, количество подъемов штанги – от 35 до 65, подходов – от 11 до 25, повторений в подходе – от 2 до 7 раз.

В зависимости от функционального состояния организма спортсменам в скоростно-силовых тренировках разрешалось корректировать параметры нагрузки. С целью усиления тренирующих воздействий на организм тяжелоатлетов использовались следующие методические приемы: изменение очередности выполнения упражнения в подходе, в тренировочном занятии, места скоростно-силовой тренировки в восстановительной части микроцикла, повышение или снижение веса снаряда в подходе, ограничение интервалов отдыха, подъемы штанги околопредельного веса на фоне компенсированного утомления, неполные повторения. С учетом веса снаряда выбиралось исходное и конечное положение, проводилась предварительная стимуляция мышц. Это позволяло создавать акцентированное воздействие на определенные мышечные группы и

двигательные качества атлетов, совершенствовать отдельные фазы движения. С ростом величины отягощения степень участия в работе ведущих (наиболее сильных) мышечных групп повышается, создаются условия для совершенствования техники более крупных компонентов рывка и толчка, а также классического варианта выполнения этих упражнений.

Анализ тренировочной нагрузки в рывковых и толчковых упражнениях проводился по следующим параметрам:

Количество подъемов штанги – КПШ.

Средний тренировочный вес (кг) – ср. вес.

Для оценки уровня специальной подготовленности обследованных спортсменов использовались максимальные результаты в рывке и толчке. Результаты в соревновательных упражнениях определялись перед началом тренировок, затем в рывке во 2 микроцикле, подъеме штанги на грудь – в 4, толчке штанги от груди – в 6 микроцикле каждого мезоцикла.

Контроль уровня скоростно-силовой подготовленности тяжелоатлетов осуществлялся с помощью прыжка вверх с места с махом рук. Фиксировался лучший результат из двух попыток, которые следовали друг за другом с интервалом времени 1-2 минуты. Высота прыжка определялась лентопротяжным устройством конструкции В. М. Абалакова. Замеры высоты прыжка проводились на каждой тренировке до ее начала (после общей части разминки без использования отягощений) и сразу после ее окончания.

Динамика параметров нагрузки в скоростно-силовых тренировках трех мезоциклов.

Суммарный объем тренировочной нагрузки в первом мезоцикле составил 1351 подъем. Во втором и третьем мезоцикле происходило его снижение соответственно до 1247 и 1130 подъемов. В третьем мезоцикле по отношению к первому объем нагрузки уменьшился на 221 подъем. В первом мезоцикле средний вес равнялся 70 кг, во 2 и 3 вырос на 10 и 6 кг. Всего на 16 кг.

В скоростно-силовых тренировках первого мезоцикла снаряд поднимался 1016 раз. Во втором мезоцикле количество подъемов снизилось соответственно до 912 (на 104), а в третьем мезоцикле – до 795 (на 117). Средний вес возрос с 61 кг в первом мезоцикле до 70 кг во втором (на 9 кг) и до 74 кг – в третьем (на 4 кг).

Для восстановительной части микроциклов характерно вариативное распределение нагрузки. В первых, третьих и пятых микроциклах атлеты тренировались с большими значениями количества подъемов штанги, а во вторых, четвертых и шестых микроциклах – среднего веса.

Так, в первых микроциклах трех мезоциклов объем рывковой и толчковой нагрузки составлял 181, 158, 142, в третьих микроциклах – 199, 177, 149 и в пятых микроциклах – 182, 165, 137 подъемов. Во вторых, четвертых и шестых микроциклах – соответственно 147, 136, 124; 152, 142, 123 и 155, 134, 120 подъемов (рис. 1).

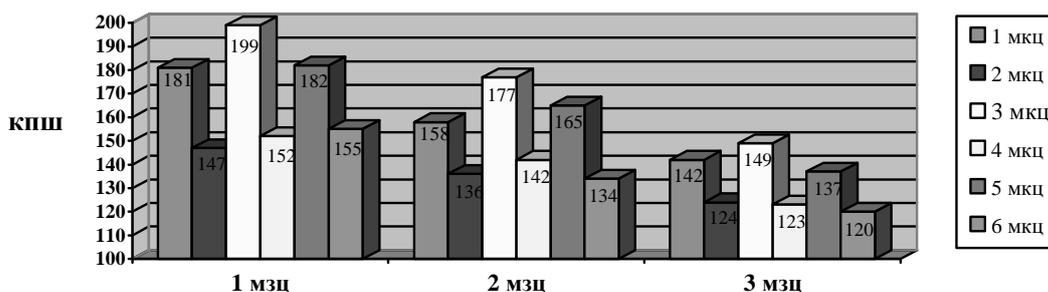


Рис. 1. Динамика кпш в скоростно-силовой части микроциклов трех мезоциклов

В первых, третьих и пятых микроциклах трех мезоциклов средний вес равнялся 57, 70, 71; 56, 64, 69 и 61, 70, 74 кг, а во вторых, четвертых и шестых микроциклах – 61, 72, 75; 65, 72, 78 и 70, 76, 80 кг (рис. 2).

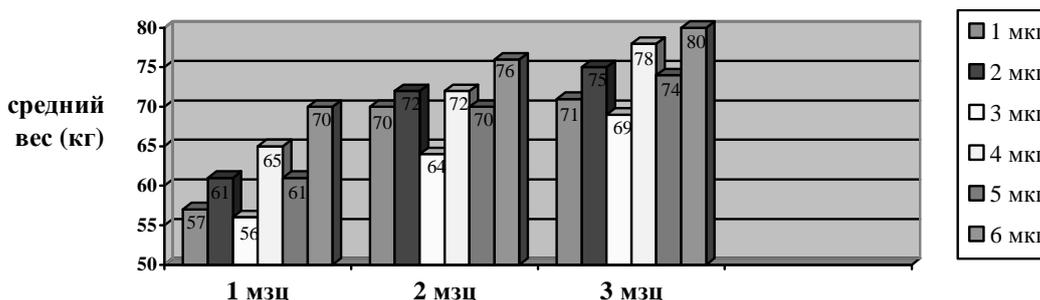


Рис. 2. Динамика среднего веса в скоростно-силовой части микроциклов трех мезоциклов

В каждом из трех мезоциклов наибольшее среднее значение величины объема нагрузки отмечено во вторых и третьих скоростно-силовых тренировках соответственно 61, 54, 48 и 59, 53, 45 подъемов; наименьшее – в первых – 49, 45, 40 подъемов. Во втором и третьем мезоцикле во всех скоростно-силовых тренировках данный показатель снижался (рис. 3).

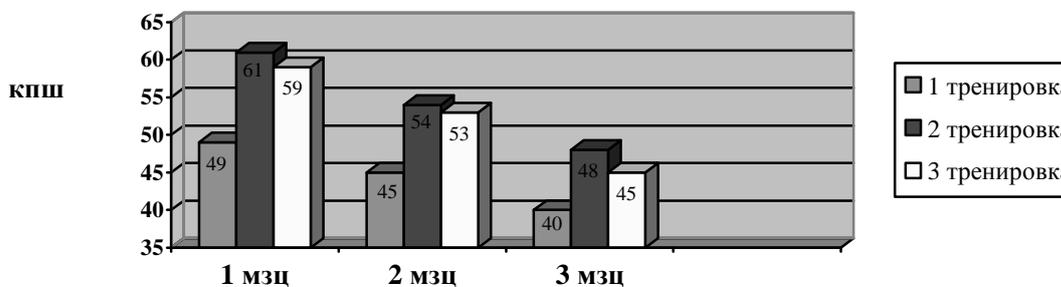


Рис. 3. Средние значения кпш в скоростно-силовых тренировках трех мезоциклов

Наибольшее значение величины среднего веса выявлено в первых и третьих скоростно-силовых тренировках соответственно 67, 75, 80 и 66, 76, 79 кг; наименьшее – во вторых – 53, 61, 65 кг. В мезоциклах данный показатель возрастал (рис. 4).

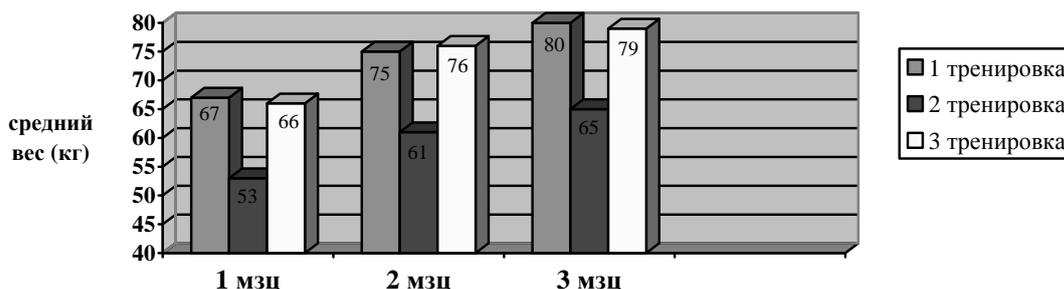


Рис. 4. Средние значения среднего веса в скоростно-силовых тренировках трех мезоциклов

Теория и методика спортивной тренировки

Динамика высоты прыжка вверх с места в скоростно-силовых тренировках трех мезоциклов.

В скоростно-силовой части каждого из трех мезоциклов высота прыжка снижалась на 1 см, а в силовой – на 3-4 см. Различия достоверны при $P < 0,01$ и $P < 0,05$.

В 1 мезоцикле высота прыжка в восстановительной части 1 и 2 микроциклов равнялась 62 см. В 3, 4 и 5 микроциклах она стала расти и в 6 микроцикле достигла 66 см. По отношению к 1 микроциклу показатель прыгучести вырос на 4 см – 6% (рис. 5). Во 2 мезоцикле высота прыжка в скоростно-силовых тренировках 1 микроцикла составляла 65 см. В 3 микроцикле она увеличилась до 67 (на 2 см – 3%), в 4 и 5 – до 68 см (на 3 см – 5%), в 6 – до 69 см (на 4 см – 6%). Различия достоверны при $P < 0,05$ и $P < 0,001$. В 3 мезоцикле высота выпрыгивания в восстановительной части микроциклов практически не изменялась и находилась в пределах 67-69 см. В каждом из трех мезоциклов высота прыжка после скоростно-силовых тренировок в среднем снижалась

на 1 см ($P < 0,05$ и $P < 0,01$). В восстановительной части каждого микроцикла 1 мезоцикла высота прыжка до и после скоростно-силовой нагрузки практически не изменялась. Достоверное снижение этой характеристики отмечено в 4, 5, 6 микроциклах 2 мезоцикла и в 3, 4 микроциклах 3 мезоцикла – соответственно на 1 и 2 см ($P < 0,05$, $P < 0,01$ и $P < 0,001$).

В трех мезоциклах выявлено достоверное снижение высоты прыжка после выполнения первых и третьих скоростно-силовых тренировок (соответственно на 1, 1, 1 и 1, 2, 2 см). После выполнения вторых скоростно-силовых тренировок уменьшение высоты выпрыгивания установлено только в третьем мезоцикле.

В результате проведенного нами корреляционного анализа установлено, что в трех скоростно-силовых тренировках высота прыжка вверх с места имеет положительную степень связи со средним весом штанги ($r = 0,72 - 0,82$) и отрицательную – с количеством подъемов штанги ($r = -0,66 - 0,72$).

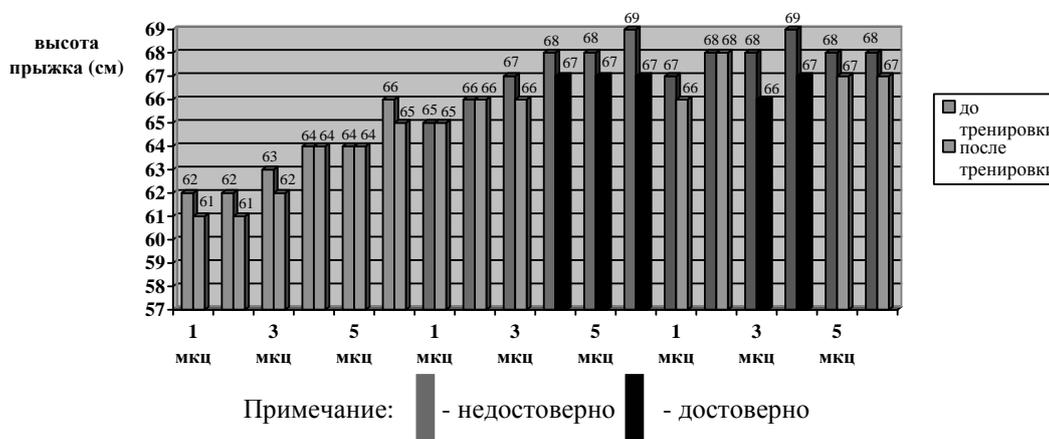


Рис. 5. Динамика уровня специальной подготовленности тяжелоатлетов в трех мезоциклах

После выполнения предложенного нами варианта подготовки наибольший прирост результатов в толчке классическом отмечен в первом мезоцикле – 20 кг (21%) (рис. 6). Во втором мезоцикле темпы прироста достижений в этом упражнении снизились более чем в 2

раза – до 8 кг (7%). В рывке классическом в первом и втором мезоцикле результаты увеличивались равномерно на 9 и 11 кг (12 и 13%). В третьем мезоцикле величина прироста достижений стала еще меньше: в рывке – 5 кг (5%) и толчке – 5 кг (4%).

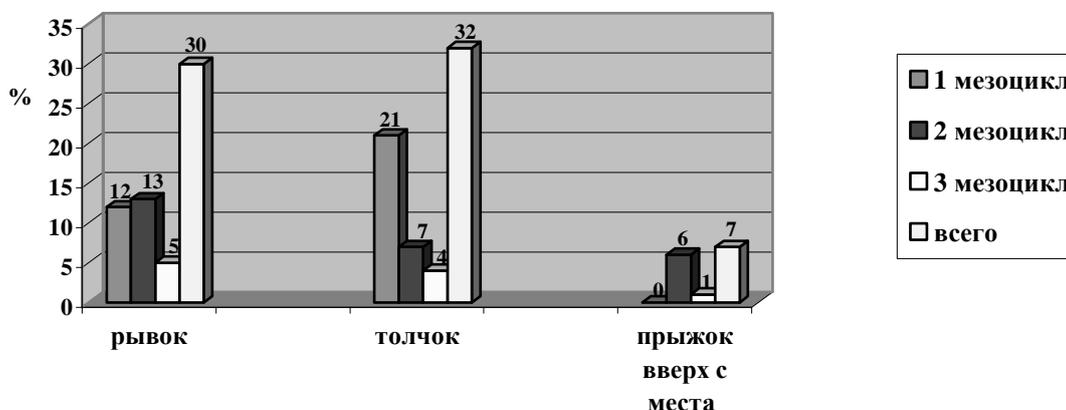


Рис. 6. Темпы прироста спортивных результатов в соревновательных и специальных упражнениях тяжелоатлетов

Среднее значение высоты прыжка вверх с места за первый мезоцикл не имело существенных различий по отношению к исходному уровню скоростно-силовой подготовленности тяжелоатлетов. Во втором мезоцикле данный показатель вырос на 3 см – 6% ($P < 0,01$), в третьем – достоверных изменений не выявлено. За три мезоцикла максимальные результаты в рывке выросли на 25 кг (30%), в толчке – на 33 кг (32%), в прыжке – на 5 см (7%).

Рациональная организация тренировок с большими, средними и малыми нагрузками в рамках мезоцикла во многом обуславливает успешное решение задач специальной силовой подготовки тяжелоатлетов.

Выполнение тренировок с большими силовыми нагрузками является необходимым условием формирования устойчивой долговременной адаптации. Они должны существенно повысить интенсивность тренирующих воздействий, обеспечить усиленный распад белковых структур в мышцах и привести к существенному утомлению организма спортсменов.

Для скоростно-силовой (восстановительной) части микроциклов поставлены другие задачи. Основной из них является обеспечение готовности тяжелоатлета к выполнению силовых тренировок. Восстановление и сверхвосстановление энергетических ресурсов, белковых структур, разрушенных во время занятий с использованием приседаний и тяг, наиболее активно протекает в период отдыха и значительного снижения отдельных параметров нагрузки. Адаптационные процессы в мышечной и вегетативной системах существенно активизируются во время тренировок со средними и малыми нагрузками скоростно-силовой направленности и в дни отдыха. Поэтому в скоростно-силовых тренировках абсолютная величина отягощений относительно невелика (в сравнении с приседаниями и тягами). При выходе объема нагрузки за установленные нормы становится невозможным достижение целей последующих силовых тренировок из-за недовосстановления работоспособности спортсменов. Нагрузка скоростно-силового характера в этой части микроциклов должна выступать в качестве активного стимулятора восстановительных процессов. Высота прыжка положительно связана со средним тренировочным весом в рывковых и толковых упражнениях. Увеличение количества подъемов штанги приводит к снижению показателя прыжка вверх с места.

Другая ее задача связана с совершенствованием в технике рывка и толчка, что часто требует выполнения довольно больших тренировочных объемов. Если атлет пойдет по этому пути, то, решая частные вопросы, рискует уйти от главной цели рассматриваемого мезоцикла. Исходя из вышеизложенного, работа по совершенствованию технического мастерства атлетов должна проходить в ограниченном объеме, позволяющем реализовать задачи очередных силовых тренировок, по нашим данным, в пределах 120-199 подъемов.

В результате гетерохронного восстановления функций организма спортсмен приобретает неодинаковую

степень готовности к выполнению различных упражнений с соответствующим объемом и интенсивностью нагрузки [2]. Например, после объемной силовой работы наблюдается временное ухудшение функционального состояния нервно-мышечного аппарата и появляются ошибки в целостных двигательных действиях. Поэтому для совершенствования в технике рывка и толчка рекомендуется расчленять упражнения на фазы и элементы, активно воздействуя на слабые звенья двигательного аппарата атлетов.

В восстановительной части микроциклов рекомендуется планировать тренировки с незначительным объемом нагрузки, но в большем количестве (до 3, 4). Эффективность занятий по повышению уровня технической подготовленности тяжелоатлетов определяется не столько величиной физиологических сдвигов в работающих органах и системах, сколько качеством проделанной работы. При необходимости одну тренировку со средней нагрузкой можно разделить на две. Вторая тренировка проводится на следующий день. С учетом суточного ритма работоспособности организма их можно выполнить в течение одного дня: одну – с 11.00, другую – с 17.00.

Устранение отдельных недостатков в технике рывка и толчка предполагает в избранном упражнении подъем снаряда определенного веса из соответствующего исходного положения с различным способом подседа. Особая роль принадлежит здесь средствам подготовки, выполняемым с плинтов, с ходу, с 2-секундной остановкой в исходном положении. Общая тенденция заключается в том, что по мере роста веса штанги способ ее подъема приближается к соревновательному варианту. Изменение условий выполнения упражнений приводит к повышению вариативности нагрузки в скоростно-силовых тренировках микроциклов и усилению направленности ее воздействия.

Во второй половине микроцикла работоспособность спортсменов растет и на 4-5 день после больших нагрузок достигает исходного уровня, а через 6-7 дней превышает его. Исходя из динамики восстановительных процессов, подъемы штанги околопредельного и предельного веса целесообразно распределять в начале и конце микроцикла (в 1 и 3 тренировке).

Если в приседании и тяге спортсмены должны были строго придерживаться программы, то в рывковых и толковых упражнениях им предоставлялось право корректировать нагрузку по своему усмотрению. В итоге количество подъемов штанги в силовой части мезоциклов практически не изменялось, а в скоростно-силовой части 3 мезоцикла сократилось на 221 подъем (28%). При этом средний вес в обоих случаях вырос соответственно на 18 кг (19%) и 13 кг (21%). Становится очевидным, что в течение трех мезоциклов рост величины отягощений в тренировках силовой и скоростно-силовой направленности возможен при снижении объема нагрузки в восстановительной части микроциклов.

В скоростно-силовой части трех мезоциклов высота прыжка в среднем снижалась на 1 см, что в 3-4 раза

меньше, чем в силовой. На этом основании можно сделать заключение о том, что скоростно-силовая нагрузка не оказывает такого выраженного влияния на нервно-мышечный аппарат, как силовая. Хотя ее суммарный объем в скоростно-силовой части мезоциклов существенно выше, чем в силовой.

Снижение высоты прыжка после выполнения скоростно-силовых нагрузок во вторых и, особенно, в третьих тренировках (соответственно до 1 и 2 см) свидетельствует об усилении утомления нервно-мышечного аппарата атлетов во втором и третьем мезоцикле. Вероятно, этим можно объяснить отсутствие прироста уровня скоростно-силовой подготовленности спортсменов в третьем мезоцикле. Для исправления неблагоприятной ситуации необходима своевременная коррекция объема нагрузки в указанных выше тренировках в сторону уменьшения.

Заключение. Планирование скоростно-силовых тренировок в рамках базового мезоцикла силовой направленности предусматривает решение двух основных задач. Первая – создание благоприятных условий для протекания восстановительных процессов в организме атлетов после выполнения интенсивных силовых нагрузок. Вторая – совершенствование в технике рывка и толчка. В этой связи в скоростно-силовых тренировках ограничивают объем нагрузки и

существенно повышают ее вариативность. Для этого используют преимущественно отдельный метод выполнения упражнений, подъем снаряда из основных исходных положений, с различной предварительной стимуляцией мышц и способами подседа под штангу. Распределение рывковых, толчковых средств подготовки и величины нагрузки в тренировочных занятиях скоростно-силовой части микроциклов происходит с учетом динамики восстановительных процессов в организме спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 331 с.
2. Волков, В. М. Тренировка и восстановительные процессы в спорте: учебное пособие. – Смоленск, 1990. – 149 с.
3. Дворкин, Л. С., Новаковский, С. В. Тренировка как многолетний процесс подготовки человека к высоким спортивным достижениям. – Краснодар: КГАФК, 2002. – 328 с.
4. Михитаров, А. А., Марченко, В. В. Влияние интенсивных тренировочных нагрузок на уровень специальной подготовленности тяжелоатлетов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2009. – № 4. – С. 23–29.
5. Тяжелая атлетика и методика преподавания: уч. для интов физич. культ. / под общей ред. А. С. Медведева. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 112 с..

PECULIARITIES OF SPEED-POWER TRAINING METHODS OF HEAVYWEIGHT LIFTERS IN THEIR MESOCYCLE OF POWER DIRECTION

Mikhitarov A., Associate Professor,
Marchenko V., Associate Professor,
Kuznetsov Yu., Teacher

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar,
Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

The aim of the investigation is to establish peculiarities of speed-power trainings in the structure of basic mesocycles of power directions and to define their influence on the level of heavyweight lifters' special preparedness. The investigation was held on the KSUPhEST sports base. 14 heavyweight lifters took part in it: 8 candidates to Masters of sport and 6 first grade athletes.

All of them began training after 2-months break and they were training during 3 mesocycle.

Planning of speed-power trainings within the limits of the power direction mesocycle envisages solving of two main tasks. The first one is the creation of favourite conditions for restorative processes in the athletes' organism after fulfilling power loads. The second one is the perfection in the technique of a spurt and a put.

Key words: mesocycle, speed-power training, spurt and put exercises, size of the load, special preparedness level.

РАЗНОВИДНОСТЬ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПОДХОДА ПРИ ОТБОРЕ В СПОРТИВНЫЕ СЕКЦИИ ПО ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ

Профессор А. А. Винниченко,
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар,
А. В. Козляков,
Краснодарский университет МВД России, г. Краснодар
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

Развитие детского и юношеского спорта, а также проведение Всемирной юношеской Олимпиады требует от специалистов в области спорта новых подходов не только при отборе, но и с целью сохранения одаренного контингента, доведения до высокого уровня, мастерства.

В работе раскрываются вопросы правильной ориентации и отбора, что ведет к решению глобальных задач, которые стоят перед тренерами юношей сборной команды России по вольной борьбе.

Ключевые слова: специализация, отбор в борьбе, определение физических способностей, физические качества, прогнозы, спортивная ориентация.



Практика современного детского и юношеского спорта показывает, что вопросы спортивной ориентации и отбора должны быть строго индивидуализированы. Не оправдывают себя мероприятия по «массовому» отбору на основе каких-либо тестовых упражнений. Это связано с тем, что любой практически реализуемый набор тестов не может в достаточной степени учитывать индивидуальные особенности юных борцов. Кроме того, для эффективного отбора необходимо предварительно подготовить юных спортсменов. Это также позволяет выявить индивидуальные задатки и способности, которые в дальнейшем могут быть развиты.

Причем следует отметить, что индивидуальные задатки и способности могут в полной мере проявить себя на разных этапах подготовки.

Анализ подготовки и выступлений российских спортсменов на крупнейших соревнованиях, а также многолетний практический опыт работы показывает, что выдающихся результатов добиваются лишь индивиды, обладающие ярко выраженными способностями, наиболее полно проявившимися именно в данном виде спорта.

Правильная ориентация при последующем отборе будут способствовать повышению эффективности подготовки спортсменов высокой квалификации.

Следует отметить значительный вклад в изучение теоретических и методических аспектов спортивного отбора и ориентации работ В. К. Бальсевича; М. С. Бриля; В. М. Волкова, В. П. Филина; А. А. Гужаловского, С. В. Калмыкова, Св. В. Калмыковой; П. З. Сирис, П. М. Гайдарска; Г. С. Туманяна; В. Б. Шварца, С. В. Хрущёва и др.

Спортивный отбор – система организационных, педагогических, социальных и медико-биологических мероприятий и методов исследования, на основе которых выявляются задатки и способности учащихся для углубленной специализации в определенном виде спорта.

Спортивная ориентация – вид социальной ориентации детей и подростков для занятий тем или иным видом спорта.

Проблема отбора в спортивной борьбе, как в и других видах спорта, очень актуальна. В настоящее время имеется несколько работ, рассматривающих отдельные вопросы отбора в борьбе.

Педагогические аспекты отбора изучались М. С. Брилем, В. П. Филиным, С. С. Грошенковым, С. В. Калмыковым, Св. В. Калмыковой, В. И. Филипповичем, И. М. Туревским и др. При этом П. З. Сирис, П. М. Гайдарска считают педагогическое направление в разработке методов организации отбора ведущим звеном, которое объединяет всю совокупность данных, полученных специалистами других направлений.

В дальнейшем Б. А. Подливаев, В. М. Игуменов на основе экспериментальных исследований пришли к следующим выводам:

1. Предварительный отбор и зачисление мальчиков в ДЮСШ следует проводить после сравнения результатов выполнения ими упражнений, характеризующих уровень развития физических и волевых качеств. Отда-

вать предпочтение следует тем, кто имеет лучшие показатели в силе.

2. Выявить наиболее способных борцов можно лишь в конце первого года занятий, сопоставляя результаты изменения уровня физического развития и результаты, показанные в соревнованиях по пятиборью.

3. Не отсеивая никого к концу учебного года, тренер должен в дальнейшем уделять равное внимание всем занимающимся и обеспечить необходимые условия для дальнейшего спортивного роста наиболее способных ребят.

Б. А. Подливаев, И. В. Шинелов и В. М. Игуменов считают, что проблема отбора в спортивной борьбе предполагает три взаимосвязанных и в то же время самостоятельных аспекта:

- отбор юношей в секцию борьбы;
- отбор кандидатов в сборные команды;
- отбор спортсменов для участия в крупнейших международных соревнованиях.

Трудно поверить в существование одного качества, совершенство которого предопределяет успех всех борцов. Маловероятно существование и комплекса качеств, взаимосвязанных по степени развития.

Авторы констатируют, что отбор детей, который осуществляется в настоящее время в борьбе, неприемлем для ребенка. Система отбора должна предполагать не отсеивание детей из той или иной группы видов спорта, а целенаправленное сообразное перераспределение их по видам, где мальчики могли бы наиболее ярко проявить свои способности.

О. П. Юшков заостряет внимание на необходимости всестороннего изучения личности спортсмена-борца, чтобы на основе полученных показателей прогнозировать успех в спортивной деятельности.

В настоящее время растет количество исследований, касающихся вопросов отбора и ориентации в рамках начальной спортивной подготовки. В работах В. К. Бальсевича, В. М. Волкова, В. П. Филина и других показано, что успешность спортивной деятельности тесно связана с уровнем развития психофизических и моторных способностей человека, проявление которых в спорте тесно связано с функциональными и морфологическими особенностями.

Международная федерация FILA рекомендует начинать занятия борьбой с 8-летнего возраста. Причем, по данным А. Э. Катулина, Э. М. Мамедова, анкетирование тренеров показало, что более 50% из них при определении пригодности подростка руководствуются внешними признаками. Около 60% придают немаловажное значение врожденным, природным, физическим качествам и способностям; 40% считают необходимым при отборе детей учитывать силу, 40% - быстроту, 40% - координационные способности, 39% - гибкость, 18% - умение сохранять равновесие.

Все тренеры едины в том, что хорошее здоровье - одно из неперемных условий отбора детей в секции по борьбе.

Тренеры для определения физических способно-

стей широко используют также контрольные упражнения: лазание по канату, подтягивание на перекладине, сгибание - разгибание рук в упоре лежа, приседания на одной и двух ногах, а в некоторых случаях поднимание штанги или отрыв партнера от ковра или пола различными захватами.

Силу определяют умением подростка выполнять 8-10 подтягиваний и 12-15 сгибаний - разгибаний рук в упоре лежа.

Скоростные качества определяются при беге на 40-60 м. Оценкой быстроты служат быстрота и ловкость, проявляемые при игре в футбол, а также умение быстро проводить упрощенные приемы с партнерами или с тренировочным манекеном.

По умению детей становиться на борцовский мост из стойки или из положения лежа на спине судят о гибкости, а по умению выполнять кувырки, имитацию приемов борьбы - о координационных способностях.

Отбор спортсменов как раздел работы тренера по борьбе подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части:

1) спортивная ориентация (начальный отбор детей) с целью обнаружения их потенциальных способностей к определенным видам спорта (в частности, к конкретному виду единоборства);

2) комплектование сборных команд;

3) спортивный отбор (отбор кандидатов в сборные команды).

Для реализации задач отбора необходимо решить частные проблемы:

- определить идеальный тип спортсмена (модель олимпийского чемпиона);

- сделать прогноз темпов роста спортивных достижений (основная задача);

- провести классификацию отбираемых спортсменов на более и менее одаренных;

- выбрать форму организации процесса отбора.

В. М. Игуменов, Б. А. Подливаев рекомендуют:

- при отборе детей в секцию необходимо просматривать как можно больше ребят, при этом следует учитывать индивидуальные особенности;

- не торопиться с выводом о непригодности того или иного ребенка, ибо его способности могут раскрыться в процессе занятий борьбой и тренировок;

- периодически проводить с детьми первого года обучения внутригрупповые контрольные соревнования для сравнения динамики становления борцовских способностей и качеств. При этом можно использовать контрольные упражнения.

Известный болгарский специалист Р. Петров рекомендует, чтобы отбор осуществлялся не как заурядный акт, основанный на комплексе тестов, а как систематическое и продолжительное исследование, в котором должны найти свое место и наблюдения тренера, и его педагогические эксперименты. Выводы должны основываться не только на врожденных качествах спортсмена, но и на его способности обучаться. Особое внимание следует уделять этике отбора.

Подвижные игры, играя важнейшую роль в развитии детей, в последнее время стали широко использоваться как эффективное средство в тренировочном процессе в различных видах спорта. Это связано с большими возможностями игрового метода обучения в спортивной тренировке, в которой подвижные игры занимают большое место, а также с ранней специализацией в различных видах спорта. Специализированные подвижные игры - это такие игры, в содержание которых входят специфические элементы вида спорта и формируются необходимые спортсмену физические качества. Посредством этих игр тренер осуществляет последовательное обучение как технике, так и тактике борьбы.

Включение специализированных подвижных игр в подготовку юных борцов вольного стиля проходит в рамках утвержденной программы на тренировочных занятиях.

Проведение игры осуществляется в три этапа: подготовка к игре, сама игра, обсуждение игры и награждение победителей.

Подготовка к игре - это этап, направленный на формирование у борцов необходимых (техничко-тактических) действий, достаточных для полноценного участия в игре, это подготовительные упражнения, обеспечивающие формирование необходимых игровых действий. Создание проблемной игровой ситуации позволяет моделировать такие условия поединка, освоение которых подготавливает борца к будущим ситуациям в борьбе. Наблюдения за ходом игры и поведением играющих. Усвоение игры и поведение детей во время игры в значительной степени зависит от правильного руководства ею.

Необходимо начать игру организованно и своевременно. Игра начинается по сигналу. Надо научить детей сознательно соблюдать правила игры. В процессе игры следует содействовать развитию творческой инициативы играющих. Руководитель должен заинтересовать детей игрой, увлечь их. Необходимо добиться сознательной дисциплины, честного выполнения правил и обязанностей, возложенных на игроков. В процессе игры надо учитывать настроение играющих. Руководителю нужно учитывать наиболее опасные моменты в игре. Важно, чтобы игры вызвали положительные эмоции. Любую игру нужно объяснять примерно по следующей схеме:

- 1) название игры (можно сказать с какой целью игра проводится);
- 2) роли играющих и их расположение на площадке;
- 3) ход игры;
- 4) цель игры (кто будет назван победителем);
- 5) правила игры.

Предполагается больше внимания при отборе юных борцов уделять изучению свойств нервной системы, которые являются врожденными индивидуальными особенностями человека. Надежность психики и ее устойчивость к экстремальным воздействиям являются важным показателем при отборе и играют большую роль в дальнейшем совершенствовании (Х. И. Юсупов).

Кроме того, не меньшее внимание следует уделять и физическим качествам. Несмотря на то что уровень физического развития спортсменов в результате регулярных тренировок значительно повышается, все же рано или поздно наступает такой момент, когда этот рост прекращается. У каждого спортсмена имеется свой предел функциональных возможностей, дойти до которого он еще может, но перейти его - нет.

К причинам отсева относятся: в первую очередь, ярко выраженный и очень слабый тип нервной системы. Скрыть свою слабость от других на ковре почти невозможно, этим и объясняется уход с ковра. Затем уходят те, кто слаб в физическом отношении. И, наконец, многие из начинающих спортсменов прекращают тренироваться из-за того, что их нервная система не справляется с той нагрузкой, которая возникает в дни соревнований.

Р. А. Пилоян, И. В. Кузьмина определяют целеустремленность как важный компонент, влияющий на успешное выступление спортсмена. Каждый борец, участвуя в соревнованиях, стремится победить, но чаще побеждает тот, у кого эта цель четко сформирована. Поэтому целеустремленность может служить одним из критериев отбора спортсменов.

Некоторые тренеры проводят отбор во время соревнований, устраиваемых для всех желающих заниматься борьбой. Всего 16% опрошенных тренеров учитывают при отборе морально-волевые качества ребят: трудолюбие, бойцовский характер, желание заниматься борьбой, волю, настойчивость и т. д.

Большинство тренеров считают возможным участие в первых соревнованиях через 4-6 месяцев после начала занятий борьбой. Оптимальное количество соревнований в году для 10-11-летних - 4-5, для 12-15-летних - 5-6 раз. Количество поединков соревновательного характера для 10-11-летних - 4-5 раз в месяц, для 12-13-летних - 5-6. 84% тренеров считают возможным совместное обучение 10-11-летних с 12-13-летними борцами.

Ведущие тренеры страны применяют богатый арсенал методов отбора в группы начального обучения, но в этом процессе нет единого системного подхода.

По данным Г. С. Туманяна, при отборе следует учитывать следующие факторы:

1. Наличие обостренного чувства чести и самолюбия. Дети, обладающие этими качествами (в случае, если они не выражены гипертрофированно отрицательно), выдерживают трудности спортивной деятельности и способны постоянно ставить и решать все более трудные задачи.

2. Близость расположения места жительства от основной тренировочной базы. Это позволяет меньше тратить времени и энергии на поездки и, соответственно, чаще, продолжительнее и эффективнее тренироваться.

3. Высокий уровень выносливости. Для высоких спортивных достижений необходима выносливость. Это качество трудно тренируемо, так как во многом об-

условлено наследственностью. При наличии достаточной выносливости экономичнее выполняются тренировочные задания, выдерживаются большие нагрузки, быстрее происходит восстановление. Все это способствует выполнению большого объема тренировочной работы и достижению высоких результатов в соревнованиях.

4. Координационная одаренность. Борец в поединках выполняет множество разнообразных движений в различных условиях опоры и различных плоскостях. Это требует хорошей координации. Успешное совершенствование этих качеств находится в зависимости от координационной одаренности.

5. Высокорослость. Есть основание считать, что высокий рост способствует высоким спортивным достижениям. Важно знать, что длина тела является стабильной характеристикой человека. Так, доля наследственности по показателям длины составляет 91%, а по весу тела 78%. Поэтому по величине длины тела в возрасте 8-12 лет можно предсказать рост взрослого человека, так как к 12-ти годам мальчик достигает 88% своей будущей длины тела.

6. Принадлежность к спортивной семье. Немецкие и японские ученые установили, что у 50% детей выдающихся спортсменов можно ожидать наличие выраженных способностей. Так, у детей 7-13 лет генетически обусловлены на 93,4% максимальные величины потребления кислорода, на 85,9% максимальная ЧСС и на 81,4% - максимальная концентрация лактата крови.

Для тренера-практика представляет интерес следующее:

- эффективность применяемых в практике тестов и их прогностическая значимость;
- основные причины отсева борцов.

Были проведены исследования, в которых приняло участие 25 школьников в возрасте 10-12 лет. Занятия проводились по общепринятой программе.

В начале учебного года были проведены контрольные испытания по общепринятым в практике отбора нормативам: изучение физического развития, физической подготовленности, координационных способностей и функционального состояния организма.

Кроме того, изучались особенности поведения детей в условиях соревновательного поединка и командных игр с элементами борьбы.

Физическое развитие определялось по основным антропометрическим показателям во врачебно-физкультурном диспансере. Физическая подготовленность характеризовалась по показателям: бег на 20 м с высокого старта, прыжки в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз), подтягивание на перекладине, бег на 300 м, время специальной эстафеты.

Соревновательные поединки проводились по измененным правилам, продолжительность их, а также командных видов борьбы – два периода по одной минуте с 30-секундным перерывом.

К занятиям были допущены все испытуемые, не

имевшие отклонений в состоянии здоровья. На основе полученных результатов был сделан предварительный прогноз успеваемости обучения каждого из мальчиков. В дальнейшем проводились наблюдения для определения эффективности и надежности предложенных тестов для отбора и прогнозирования.

Спортивную борьбу как вид единоборства характеризуют непосредственный контакт с противником, лимит времени, сложность восприятия пространственно-временных факторов, оперативный характер мышления, повышенный эмоциональный фон деятельности, постоянная нацеленность на решение различных тактических задач, ситуации, связанные с быстрым переходом от атакующих действий к защитным и т. д. Поэтому при такой специфичности борьбы нельзя отдавать предпочтение какому-либо одному физическому качеству (что возможно, допустим, в тяжелой атлетике).

Включая соревновательные поединки в качестве одного из критериев первоначального отбора, мы полагали, что результаты их будут иметь высокую прогностическую значимость. Однако выяснилось, что соревновательные поединки не должны использоваться в качестве критериев для первоначального отбора, поскольку результаты борьбы характеризуют в большей мере определенную предварительную подготовленность, а не потенциальные возможности детей. Кроме того, во время поединков дети излишне скованы, закрепощены, что не дает возможности объективно оценить их способности.

Наблюдения показали, что командные виды борьбы наиболее интересны с точки зрения надежности при отборе и прогнозировании. Условия игры способствуют полному проявлению психических, физических и двигательных возможностей детей. Поэтому при отборе необходимо применять подвижные спортивные игры.

Естественно, ранняя специализация в спортивной борьбе обязательна, т. к. Международная федерация любительской борьбы (FILA) проводит первенство мира среди кадетов и юниоров.

Целенаправленная многолетняя подготовка и воспитание спортсменов высокого класса - это сложный процесс, качество которого определяется целым рядом факторов. Один из таких факторов - отбор одаренных детей и подростков, их спортивная ориентация.

Спортивный отбор представляет собой комплекс мероприятий по выявлению спортсменов, обладающих высоким уровнем способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта. Эффективный отбор может быть осуществлен на основе длительных комплексных исследований, которые предполагают анализ личности спортсмена в целом и его спортивных способностей на основе педагогических, медико-биологических, психологических и антропометрических критериев отбора.

Спортивная ориентация исходит из оценки возможностей конкретного человека, на основе которой проводится выбор наиболее подходящей для него спор-

тивной деятельности. Выбрать для каждого занимающегося вид спортивной деятельности - задача спортивной ориентации; отобрать наиболее пригодных, исходя из требований вида спорта, - задача спортивного отбора.

Качество отбора служит важным условием успешности многолетней подготовки спортивных резервов.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Волков, В. М., Филин, В. П. Спортивный отбор. – М.: Физкультура и спорт, 1983.
2. Гужаловский, А. А. Темпы роста физических способностей как критерий отбора юных спортсменов // Теория и практика физической культуры. – 1979. - № 9.
3. Игуменов, В. М., Подливаев, Б. А. Спортивная борьба: учебное пособие. – М., 1993. – 240 с.
4. Ларионов, Г. Е. Планирование и организация учебно-тренировочного процесса на этапе начальной подготовки юных борцов. – Омск, 1996.

5. Морозов, А. А. Спортивно-профессиональная ориентация борцов: дис. ... канд. пед. наук. - М., 2000. – 24 с.
6. Новиков, А. А. Основы спортивного мастерства. - М., 2003. – 208 с.
7. Селуянов, В. Н., Шестаков, М. П. Определение одаренности и поиск талантов в спорте. - М.: СпортАкадемПресс, 2000. - 112 с.
8. Туманян, Г. С. Спортивная борьба. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 163 с.
9. Филин, В. П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 64 с.
10. Филин, В. П. Теория и методика юношеского спорта. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – С. 68-78.
11. Филин, В.П., Домин, Н. А. Возрастные особенности физического воспитания. - М.: Физкультура и спорт, 1980. – 176 с.
12. Шулика, Ю. А. Классификация и терминология техники спортивной борьбы: учебник для ИФК. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
13. Юшков, О. М. Новое в системе подготовки детей, занимающихся спортивной борьбой // Теория и практика физической культуры. – 1979. - № 6. – С. 37-40.

DIFFERENCES IN AN INDIVIDUAL APPROACH WHILE CHOOSING ATHLETES INTO SPORTS FREE STYLE WRESTLING SECTIONS

Vinnichenko A., Professor

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.

Kozlyakov A.,

Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Krasnodar

Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

The development of children and youthful sport, and also holding the World-wide youthful Olympiad demands from skilled sports specialists new approaches not only in choosing but also in keeping gifted contingent. And for all that it is important to achieve high leveled mastery. Problems of correct orientation and selection are revealed

in the paper. It leads to solving such global tasks which coaches of teenagers of the free-style wrestling unified team of Russia come across.

Key words: specialization, selection for wrestling, defining physical abilities, physical qualities, prognoses, sports orientation.

ПОВЫШЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ БРОСКОВ МЯЧА СО СРЕДНЕЙ ДИСТАНЦИИ БАСКЕТБОЛИСТКАМИ СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД

А. А. Глазин,

кандидат педагогических наук Е. А. Колесникова,

доктор педагогических наук, профессор В. В. Костюков

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

Цель исследования – разработать и апробировать рекомендации для повышения результативности бросков мяча в прыжке со средней дистанции баскетболисток сборной команды КГУФКСТ.

В исследовании приняли участие 10 баскетболисток КГУФКСТ, принимающих участие в студенческих соревнованиях.

По экспериментальной программе, основу которой составляли бросковые упражнения повышенной координационной сложности, спортсменки занимались в течение 6 недель. По окончании педагогического эксперимента выявлено увеличение объема бросков, выполняемых со средней дистанции, на 12,3% за счет повышения доли бросков в прыжке.

Ключевые слова: баскетболистки, результативность, броски мяча в прыжке со средней дистанции.

Введение. В баскетболе меняющаяся обстановка игры и стремление использовать каждый удобный момент для атаки определяют необходимость владения разнообразным арсеналом способов выполнения броска мяча с учетом индивидуальных особенностей спортсменов. Кроме того, чем совершеннее у игрока техника владения мячом, дриблинга, бросков и передач, тем больше у него шансов добиться успехов в баскетболе. В непосредственной близости от корзины атаки становятся все более затруднительными, поэтому увеличилось количество бросков мяча в кольцо со средних и дальних дистанций.

В соревновательной деятельности баскетболистов атаки со средней дистанции выполняются при помощи бросков мяча с места и в прыжке. Второй вид считается более эффективным по сравнению с первым, однако, в играх девушек, особенно в студенческих командах, бросок со средней дистанции в прыжке выполняется значительно реже, чем с места. Вышесказанное опре-



деляет актуальность проблемы и служит основанием для проведения предстоящих исследований.

Цель исследования: разработать и апробировать рекомендации для баскетболисток сборной команды КГУФКСТ по повышению результативности бросков мяча в кольцо в прыжке со средней дистанции.

В исследовании приняли участие 10 баскетболисток, выступающих в составе сборной команды университета в студенческих соревнованиях.

При анализе игр баскетболисток в студенческих соревнованиях мы определили объем бросков со средней дистанции, выполняемых с места и в прыжке. Следует заметить, что в играх со слабым соперником

(разница в счете достигает 25-30 очков и более) броски со средней дистанции выполняются изредка и лишь отдельными игроками. Когда же команда противника показывает равную игру, доля рассматриваемых бросков возрастает (табл. 1).

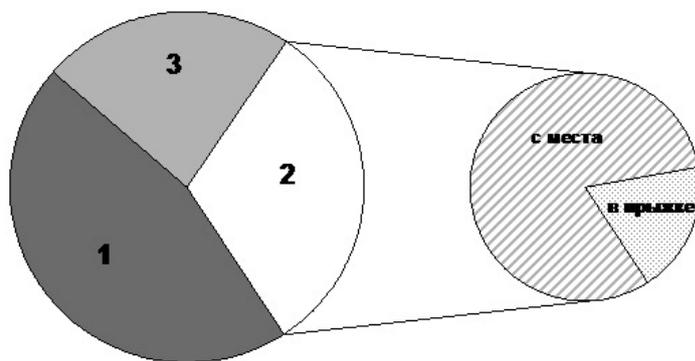
Так, в играх со слабым соперником соотношение выполняемых бросков мяча, классифицированных по расстоянию от кольца на ближние, средние и дальние, следующее – 75,1:11,3:13,6 процента. В играх с сильным соперником оно составляет – 46,3:28,7:25,0 процента.

Мы установили, что в ответственных играх баскетболистки Кубанского ГУФКСТ осуществляют в среднем 15-16 бросков мяча со средней дистанции, при этом 3-4 броска выполняется способом в прыжке и около 12 – с места (рис. 1).

Таблица 1

Соотношение бросков мяча, классифицированных по расстоянию от кольца, выполняемых баскетболистками студенческих команд в матчах разного уровня сложности (%)

| Показатели | Матчи со слабым соперником | Матчи с сильным соперником |
|--|----------------------------|----------------------------|
| Соотношение ближних бросков к броскам со средней и дальней дистанции | 75,1 : 11,4 : 13,6 | 46,4 : 28,7 : 25,0 |
| t (броски с ближней дистанции) | 3,08 | |
| p | <0,01 | |
| t (броски со средней дистанции) | 2,41 | |
| p | <0,05 | |



■ - ближние броски □ - средние броски ■ - дальние броски

Рис. 1. Соотношение бросков с игры, реализуемых баскетболистками КГУФКСТ, с учетом способа выполнения бросков со средней дистанции

Средние значения результативности этих бросков мяча составляют соответственно 38,0 и 18,2% (рис. 2).

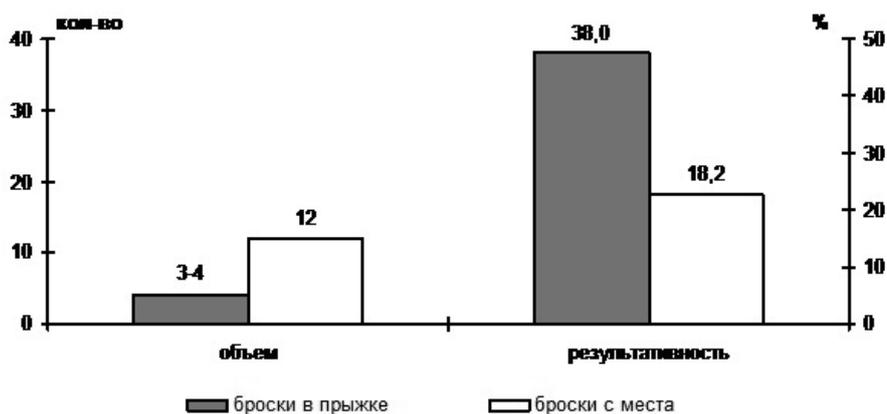


Рис. 2. Объем и результативность бросков мяча со средней дистанции в зависимости от способа его выполнения

Однако полученные данные не соответствуют максимальным возможностям спортсменок. В связи с этим нами были разработаны рекомендации по использованию в учебно-тренировочном процессе специальных упражнений для повышения результативности бросков мяча со средней дистанции.

По экспериментальной программе, основу которой составляли бросковые упражнения повышенной ко-

ординационной сложности, спортсменки занимались в течение 6 недель. Упражнения применялись в тренировке трижды в течение 10-12 минут: а) сразу после разминки; б) в конце основной части тренировки перед учебной игрой; в) в конце тренировочного занятия после учебной игры.

Оказалось, что по окончании педагогического эксперимента в условиях соревновательной деятельности

у баскетболисток увеличился на 12% объем бросков мяча, выполняемых со средней дистанции, причем это произошло за счет увеличения доли бросков в прыжке (табл. 2).

Таблица 2

Объем бросков мяча со средней дистанции у баскетболисток до и после окончания педагогического эксперимента

| Показатель | До эксперимента | После эксперимента |
|---|-----------------|--------------------|
| Объем бросков мяча в прыжке, выполняемый со средней дистанции (%) | 7,8 | 20,1 |
| t | 2,31 | |
| P | <0,05 | |

В то же время результативность бросков в прыжке улучшилась незначительно – прирост составил 4%.

Данные, полученные в результате проведения педагогического наблюдения и эксперимента, позволяют сделать предположение о том, что увеличение времени, уделяемого на совершенствование исследуемого приема в каждом учебно-тренировочном занятии, а также длительности педагогического эксперимента позволит достичь достоверного улучшения результативности бросков в прыжке со средней дистанции у баскетболисток студенческих команд.

Выводы. Результаты проведенного исследования

Это свидетельствует о том, что спортсменки стали увереннее действовать на площадке, поэтому не боялись брать на себя ответственность за атаки со средней дистанции в важных встречах (рис. 3).

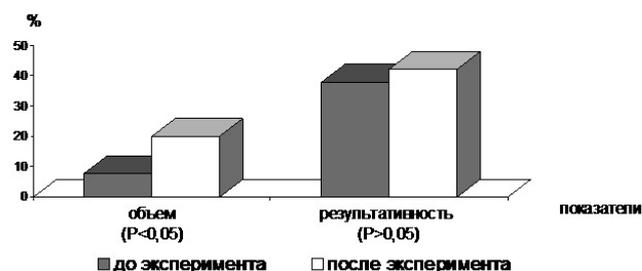


Рис. 3. Динамика объема и результативности бросков в прыжке в ответственных встречах баскетболисток студенческих команд

свидетельствуют о том, что разработанные рекомендации позволяют увеличить объем бросков мяча в прыжке со средней дистанции в ответственных матчах, сохранив при этом результативность их выполнения. В ответственных играх баскетболистки выполняли со средней дистанции в среднем 15-16 бросков мяча, из них только 3-4 броска в прыжке. По окончании педагогического эксперимента произошло увеличение объема бросков, выполняемых со средней дистанции, на 12,3% за счет повышения доли бросков в прыжке при неизменности количества бросков с места.

INCREASING THE BALL THROWS RESULTATIVENESS FROM THE MIDDLE DISTANCE BY WOMEN BASKETBALL PLAYERS OF STUDENT TEAMS

Glazin A.,

Kolesnikova E., Candidate of Pedagogics,

Kostyukov V., Doctor of Pedagogics, Professor

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.

Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

The investigation is aimed at the working out and approving recommendations for increasing the ball throws resultativeness in a jump from the middle distance by basketball women players of the KSUPhEST unified team.

10 KSUPhEST basketball women players who participated in students' competitions took part in the investigations.

An experimental programme was based on the throwing exercises of heightened coordination complexity.

Young basketball women players practiced according to this programme for 6 weeks. When pedagogical experiment was finished the increase of throws volume was revealed. These were being done from the middle distance and 12,3 % of them were fulfilled because of the increase of throws share while jumping.

Key words: basketball women players, resultativeness, ball throws in a jump from the middle line (distance).

МОДЕЛЬ МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРЕСА У ШКОЛЬНИКОВ К ЗАНЯТИЯМ БОРЬБОЙ

Доктор педагогических наук, профессор Л. С. Дворкин,
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.
кандидат педагогических наук, заслуженный тренер РФ А. Н. Загитов,
Уральский федеральный университет, г. Екатеринбург,
тренер-преподаватель В. В. Зарко, ДЮСШ «Виктория» г. Тарко-Сале,
младший научный сотрудник НИИ КГУФКСТ Р. А. Никонова, г. Краснодар.
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

Моделирование оптимального уровня физического и нравственного здоровья школьников осуществлялось на этапах предварительной и начальной спортивной подготовки и представляло собой многоступенчатую направленность на формирование у них интереса к занятиям борьбой в условиях общеобразовательной школы с применением педагогических условий, направленных на воспитание сознательного отношения к тренировочному процессу.

Ключевые слова: моделирование, педагогические условия, дети и подростки, борьба.



Известно, что наиболее объективным критерием эффективности педагогического процесса является уровень проявления у школьников интереса к учебной и внеучебной деятельности (Н. А. Винокурова, 2007; С. Н. Бегидова, 1990, 2000; П. К. Дуркин, 1994; Е. И. Кокова, 1997; А. Г. Ибатуллин, 2005; А. А. Ипатов, 1999; К. Д. Чермит, Е. К. Аганянц, 2006 и др.). Выявление интереса к той или иной деятельности позволяет создать такие педагогические условия, при которых полученные знания, например по физической культуре, становятся убеждением школьника, основой его всестороннего физического развития (С. Н. Амбурцев, 1998; Т. И. Борейша, 1997; Т. В. Бушма, 2001; Д. Жаргалсайхан, 1999; С. И. Зизикова, 2007; О. Г. Трофимова, 2004 и др.).

Вместе с тем анализ ряда научных трудов, связанных с решением данной проблемы, показал, что многие вопросы формирования интереса у школьников к занятиям спортом в условиях общеобразовательной школы во внеучебное время остаются не решенными, особенно, если это касается греко-римской борьбы (Т. И. Борейша, 1997; П. К. Дуркин, 1994; А. Г. Маркелов, 2000; Н. М. Куликов, 2000; Ю. С. Молчанова, 2000 и др.).

Формирование интереса школьников, особенно подросткового возраста, к занятиям греко-римской

борьбой является вполне закономерным явлением, так как, по данным ряда исследователей, этот возрастной период является оптимальным для начальной подготовки в данном виде спорта (В. С. Бегидов, В. Н. Селуянов, 1993; С. В. Воробьев, 1996; О. И. Дюшко, 2007; С. В. Казанцев, 2005 и др.).

Цель исследования заключалась в научном обосновании и экспериментальной апробации педагогических условий формирования интереса у школьников 11-14 лет к секционным занятиям борьбой в общеобразовательной школе.

Исследовались одни и те же школьники мужского пола с 11 до 14 лет (экспериментальная группа – 18 и контрольная – 28

человек). Исследования проводились на базе общеобразовательной школы № 33 города Нижнего Тагила. Экспериментальная группа проходила физическую подготовку на двух тренировочных занятиях в секции борьбы в условиях общеобразовательной школы и на двух академических уроках по физической культуре. В контрольную группу были привлечены школьники, которые занимались физическим воспитанием на спортивно-ориентированных уроках три раза в неделю. В отдельных случаях в исследованиях принимали участие школьники, не занимающиеся спортом, в количестве 44 человек.

В педагогические исследования входили следующие методики: педагогические наблюдения и педагогический эксперимент, результаты педагогических наблюдений сводились в таблицы, в которых каждому школьнику выставлялась оценка исходя из 10-балльной системы. 10-балльная система характеристики результатов педагогических наблюдений позволяет более эффективно (чем пятибалльная) оценивать школьников. Остановимся подробнее на методике оценки результатов педагогических наблюдений, предложенной профессором С. В. Новаковским:

- 10 баллов: школьник полностью выполнил все двигательные задачи учебно-тренировочного занятия, показав при этом высокий уровень двигательной активности;

- 9 баллов: школьник полностью выполнил все двигательные задачи учебно-тренировочного занятия, двигательная активность при этом была ниже его реальных возможностей;

- 8 баллов: школьник выполнил все двигательные действия на учебно-тренировочном занятии, но небрежно, значительно ниже своих реальных физических и технических возможностей;

- 7 баллов: школьник некоторые физические действия выполнил не достаточно эффективно, не доводил ТТД до логического конца;

- 6 баллов: школьник не выполнил на учебно-тренировочном занятии до 50% ТТД, проявил при этом недисциплинированность;

- 5 баллов: школьник не выполнил на учебно-тренировочном занятии более 50% ТТД, проявил при этом недисциплинированность и небрежность;

- 4 балла: школьник не более 40% двигательных действий выполнил с оценкой «удовлетворительно», проявил низкую дисциплину на учебно-тренировочном занятии;

- 1-3 балла: школьник присутствует на учебно-тренировочном занятии в качестве наблюдателя по причине освобождения по болезни или в связи с отсутствием спортивной формы.

Формирование интереса у школьников к занятиям борьбой осуществляется с учетом следующих подходов:

- системно-деятельностного подхода к содержанию и структуре тренировочного процесса при формировании интереса школьников к занятиям борьбой во внеучебное время;

- достижения конечного положительного результата, предусматриваемого в учебно-тренировочном процессе на фоне оздоровительного эффекта;

- личностно-ориентированного прогнозирования спортивного результата юных борцов.

Спортивно-педагогический подход к формированию интереса у школьников к занятиям борьбой предполагает воспитание у них умений и навыков самостоятельной физкультурной деятельности на основе овладения теоретическими знаниями в области физической культуры и спорта и здорового образа жизни (рис. 1). При этом мы учитывали тот факт, что в процессе теоретической и практической подготовки школьников при формировании у них интереса к занятиям борьбой возникает необходимость оперировать образовательной информацией, относящейся к истории, теории и содержанию тренировочного процесса.

В ходе формирования интереса у школьников к занятиям борьбой мы опирались на базисные характеристики, в которых учитывались как состояние собственного здоровья школьника и его товарищей по секции, так и объективно-оправданные формы ТТД на тренировочном занятии и во время спортивного единоборства.

Модель мотивационно-ценностных ориентаций

формирования интереса у школьников к занятиям борьбой в нашей работе являлась частью всего учебно-тренировочного процесса при сохранении и накоплении опыта такой работы.

Моделирование оптимального уровня физического и нравственного здоровья школьников осуществлялось на этапах предварительной и начальной спортивной подготовки и представляло собой многоступенчатую направленность на формирование у них интереса к занятиям борьбой в условиях общеобразовательной школы с применением следующих педагогических условий: - воспитание сознательного отношения к тренировочному процессу;

- воспитание потребности к участию в различных соревнованиях по ОФП и борьбе;

- воспитание стремления к достижению оптимального физического состояния;

- воспитание стремления к достижению оптимального уровня ТТД;

- воспитание ценностных ориентаций на сохранение собственного здоровья и здоровья своих товарищей;

- воспитание желания заниматься образовательной деятельностью в области физической культуры и спорта.

Формирование у школьников интереса к занятиям борьбой в условиях общеобразовательной школы предусматривало создание оптимальных педагогических условий, позволяющих достичь каждому из них оптимального социального статуса в спортивной секции, принимать активное участие в обсуждении проблем спортивной секции, участвовать в спортивных мероприятиях школы, района и города, быть лично заинтересованными в спортивных успехах как отдельных борцов, так и секции в целом, при этом они должны знать права и обязанности члена спортивной секции (рис. 2).

Ценностные ориентации на сохранение и укрепление здоровья юных борцов на этапах предварительной и начальной подготовки формировались при строгом соблюдении принципов отечественной школы спортивной борьбы, в ряду которых особое место занимает принцип оздоровительной направленности занятий физическими упражнениями. В частности, в занятиях по греко-римской борьбе с юными спортсменами 11-14 лет предусматривались:

- постепенное увеличение физических нагрузок со строгим дозированием объема и интенсивности выполняемых упражнений;

- индивидуальный подход к подбору упражнений, ограничение, а в ряде случаев и исключение упражнений, которые в силу индивидуальных особенностей не мог без ущерба для здоровья выполнить юный борец;

- постоянный контроль за состоянием здоровья юных борцов по следующим показателям: видимым признакам утомления (жалобы на усталость, нежелание выполнять заданные упражнения) и объективным признакам утомления (более высокая, чем обычно, частота пульса и более длительное её восстановление) с последующим комплексным врачебно-физиологическим обследованием;

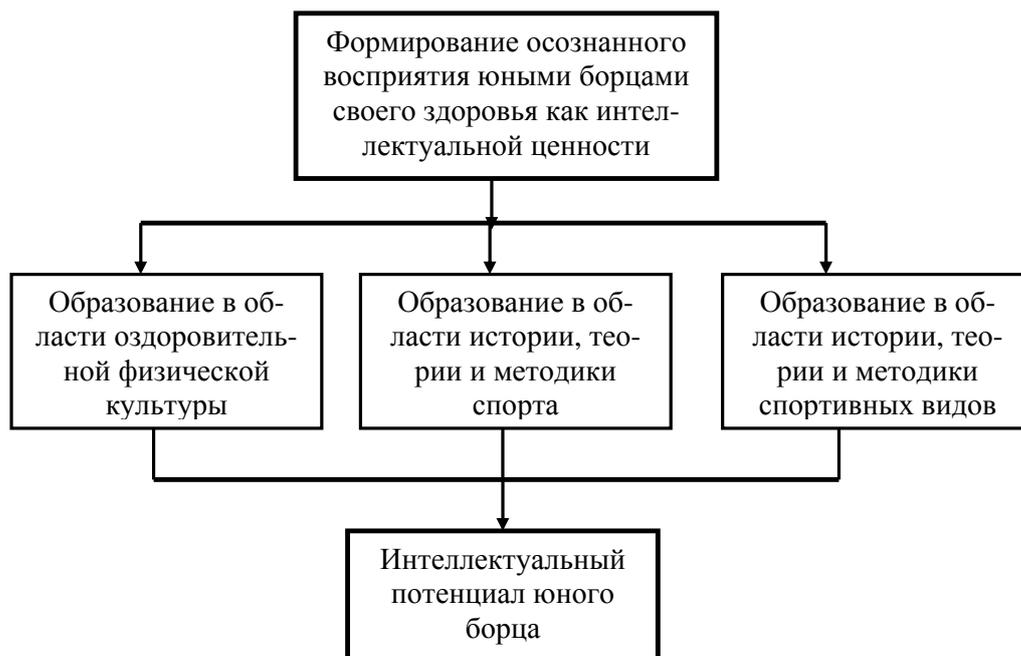


Рис. 1. Модельное содержание теоретической подготовки по формированию интереса у школьников к занятиям борьбой

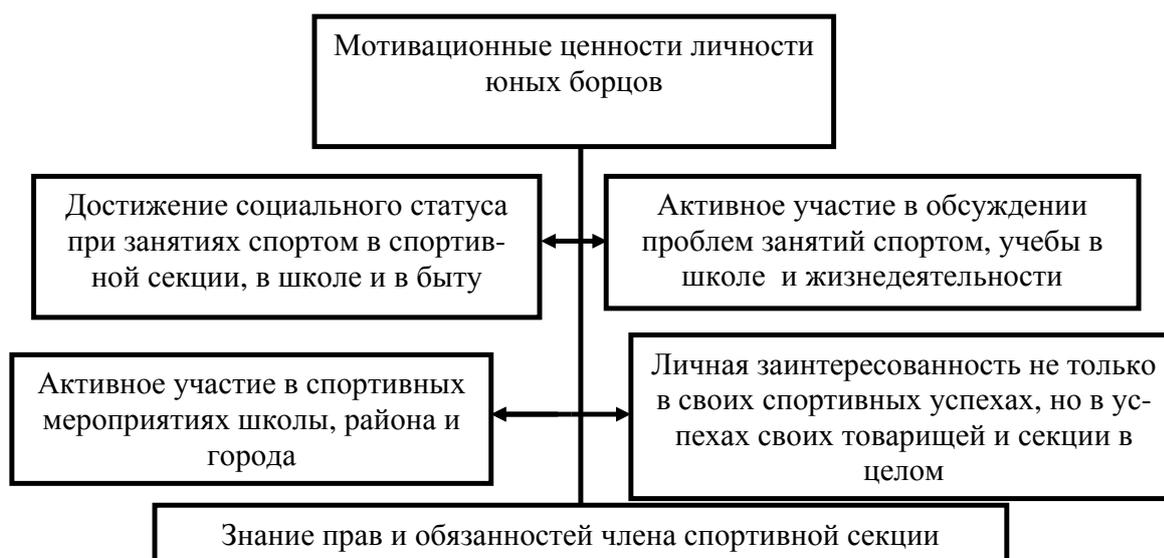


Рис. 2. Модель формирования мотивационных ценностей личности школьника

– строгая последовательность в разучивании и доведении ТТД до умений, а затем и до прочных навыков уже на первых двух этапах многолетней подготовки юных борцов;

– систематическое применение педагогических и психологических приемов воспитания юных борцов на основе базовой установки - «не навреди себе» и «не навреди своему товарищу (сопернику)».

В концептуальной модели формирования ценностных ориентаций юных борцов на сохранение собственного здоровья были выделены следующие компоненты:

- мотивационный, определяющий мотивы действий юного борца;

- познавательный, обеспечивающий полную информированность юного борца о содержании и направленности тренировочного процесса;

- качественный компонент, определяющий эффективность действий тренера по управлению тренировочным процессом.

Итак, при формировании у школьников интереса к занятиям борьбой в условиях общеобразовательной школы нами учитывались потребности, мотивации,

качества личности, особенности характера и поведенческой активности, обеспечивающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности. В наших исследованиях итоговый результат по формированию мотивационно-ценностной направленности на ориентацию школьника на секционные занятия борьбой рассматривался с точки зрения воспитания личности юных борцов. В качестве критерия использовался уровень мотивации личности на достижение личных успехов в учебе, спорте и в повседневной жизни.

Выводы

1. Теоретические аспекты формирования интереса к физкультурно-спортивной деятельности в условиях общеобразовательной школы строятся на основе моделирования осознанного отношения школьников к своей физической подготовленности как к интеллектуальной ценности, на сознательном отношении к тренировочному процессу, развитию интереса и желания к образовательной деятельности в области физической культуры и спорта, активному участию в спортивных мероприятиях, что в целом позволяет достигнуть высокого социального статуса.

2. Моделирование процесса формирования интереса к занятиям борьбой в условиях общеобразовательной школы осуществляется для 11-14-летних школьников с учетом прохождения за три года этапа предварительной и начальной спортивной подготовки с применением следующих педагогических условий:

- воспитание интереса и сознательного отношения к тренировочному процессу;
- воспитание интереса к участию в различных соревнованиях по ОФП и борьбе;
- воспитание стремления к достижению оптимального физического состояния и оптимального уровня ТГД;
- воспитание интереса к сохранению собственного здоровья и здоровья своих товарищей;
- воспитание желания заниматься образовательной деятельностью в области физической культуры и спорта.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Амбурцев, С. Н. Влияние соотношения различных методов упражнения на процесс формирования интереса школьников к урокам физической культуры / С. Н. Амбурцев: дис. ... канд. пед. наук. – Челябинск, 1998. – 150 с.
2. Бегидов, В. С. и др. Методика силовой подготовки дзюдоистов 15-17-летнего возраста / В. С. Бегидов, В. Н. Селуянов // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 5–6. – С. 5.
3. Бегидова, С. Н. Привитие студентам интереса к занятиям физкультурой / С. Н. Бегидова // Совершенствование массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы в вузе. – Ростов-на-Дону, 1990. – 2 с.
4. Бегидова, С. Н. Теория и практика профессионального творческого развития личности в процессе подготовки специалиста физической культуры и спорта / С. Н. Бегидова:

автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Майкоп: Адыгейский государственный университет, 2000. – 33 с.

5. Борейша, Т. И. Формирование интереса старшеклассников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями с отягощениями / Т. И. Борейша: дис. ... канд. пед. наук. – СПб., 1997. – 228 с.

6. Бушма, Т. В. Активные методы обучения в формировании познавательного интереса у студентов вузов к теоретическим занятиям: на примере дисциплины «Физическая культура» / Т. В. Бушма: дис. ... канд. пед. наук. – СПб., 2001. – 182 с.

7. Винокурова, Н. А. Формирование интереса к физической культуре у девочек средствами этнопедагогике: на примере арктических школ Республики Саха (Якутия) / Н. А. Винокурова: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Якутск, 2007. – 24 с.

8. Воробьев, С. В. Оптимизация физической подготовки школьников 4-6-х классов на основе занятий борьбой самбо / С. В. Воробьев: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Краснодар, 1996. – 24 с.

9. Дуркин, П. К. Научно-методические основы формирования у школьников интереса к физической культуре / П. К. Дуркин: дис. ... д-ра пед. наук. – Архангельск, 1995. – 573 с.

10. Дюшко, О. И. Формирование у школьников средних классов, проживающих на Крайнем Севере, ценностной направленности на здоровьесбережение в условиях спортивно-ориентированного урока (на примере греко-римской борьбы) / О. И. Дюшко: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Майкоп, 2007. – 25 с.

11. Жаргалсайхан, Д. Формирование и развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом у будущих учителей Монголии различных специальностей / Д. Жаргалсайхан: дис. ... канд. пед. наук. – Томск, 1999. – 199 с.

12. Зизикова, С. И. Формирование позитивного отношения учащихся к занятиям физической культурой / С. И. Зизикова: дис. ... канд. пед. наук. – Самара, 2007. – 186 с.

13. Ибатуллин, А. Г. Формирование духовно-нравственных ценностей учащихся сельских школ (на занятиях физической культурой) / А. Г. Ибатуллин: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1997. – 23 с.

14. Ипатов, А. А. Формирование ценностных ориентаций на здоровьесбережение у юных каратистов / А. А. Ипатов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Краснодар, 1999. – 22 с.

15. Казанцев, С. В. Методика физического и нравственного воспитания школьников 4-6-классов, занимающихся каратэ стиля Дзёсимон / С. В. Казанцев: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Майкоп, 2005. – 22 с.

16. Кокова, Е. И. Формирование мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью у девочек 11-12 лет на уроках физической культуры / Е. И. Кокова: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1997. – 23 с.

17. Куликов, Н. М. Формирование интереса к занятиям физической культурой сельских школьников / Н. М. Куликов: дис. ... канд. пед. наук. – Челябинск, 2000. – 172 с.

18. Маркелов, А. Г. Потребности и интересы молодежи как базовые факторы управления развитием физической культуры городского (муниципального) уровня / А. Г. Маркелов: дис. ... канд. пед. наук. – Коломна, 2000. – 183 с.

19. Молчанова Ю. С. Формирование потребностей к занятиям физической культурой у школьников 14-15 лет / Ю. С. Молчанова: дис. ... канд. пед. наук. – Белгород, 2007. – 153 с.

20. Чермит, К. Д. и др. Симметрия, гармония, адаптация / К. Д. Чермит, Е. К. Аганянц, Ростов-на-Дону: Изд-во СКНЦ ВШ, 2006. – 304 с.

THE MODEL OF MOTIVATIONALLY VALUABLE ORIENTATIONS OF FORMING THE INTEREST TO WRESTLING TRAININGS IN SCHOOLCHILDREN

Dvorkin L., Doctor of Pedagogics, Professor,

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.

Zagitov A., Candidate of Pedagogics, Merited Coach of RF,

Ural Federal University, Ekaterinburg.

Zarko V., Coach-Teacher, ChySS «Victoria», the city of Tarko-Sale.

Nikonova R., Junior Scientific Coworker of the SRI KSUPhEST, Krasnodar.

Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

Modelling of the optimal physical and moral schoolchildren's health level was carried out at the stages of preliminary and initial sporting preparation, and it represented a many-staged tendency for forming in schoolchildren the interest in wrestling trainings in the conditions of a general

secondary school. These trainings had to be conducted in pedagogical conditions aimed at the upbringing in pupils conscious attitude to the process of trainings.

Key words: modelling, pedagogical conditions, children and teenagers, wrestling.

ФОРМИРОВАНИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ У УЧАЩИХСЯ 5 КЛАССОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ

Аспирантка Е. Б. Новикова,

доктор педагогических наук, профессор В. А. Баландин,

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар

Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

В данной статье представлен комплекс педагогических условий формирования толерантности учащихся 5-х классов в период их адаптации к обучению в средней школе.

Ключевые слова: толерантность, педагогические условия, компоненты, подвижно-игровая деятельность.

Введение. Толерантность - это моральное качество личности, характеризующее терпимое отношение к другим людям, независимо от их этнической, национальной либо культурной принадлежности, терпимое отношение к иному рода взглядам, нравам, привычкам [2, 6].



В. А. Тишков, В. М. Золотухин, Д. В. Зиновьев [4, 5, 9] и др., утверждают, что толерантность выражается в виде внутренней установки, во взаимоотношениях личности в коллективе, которая приобретается через воспитание, информацию, жизненный опыт.

По мнению В. Чолакова [10], толерантность связана с адапционными процессами организма. В этом случае ее ценностное значение определяется реакцией организма на окружающую среду, которая заключается в снижении чувствительности самого организма к воздействию неблагоприятных факторов, способствуя сохранению,

а, следовательно, и укреплению здоровья. Роль физической культуры и спорта здесь весьма существенна.

В социальном контексте толерантность трактуется как готовность человека позволять другим людям выбирать себе стиль жизни и поведения при отсутствии таких негативных явлений, как агрессивность, насилие, хулиганские действия и поступки [3, 7].

Средняя школа - это период, когда детство является динамичным и пластичным этапом жизни, когда идёт интенсивное физическое, умственное, нравственное и эстетическое развитие. Подвижная игра как один из специфических видов деятельности не только укрепляет здоровье и функциональные возможности, но и продуцирует креативность мышления, развивая ассоциативность и творческое начало личности. Она способствует постижению чувства симпатии, эмпатии, коррекции добра и зла, человеколюбия, развивает фантазию и сопереживание [8].

В процессе игр с использованием интерактивных методик, совместного анализа их результатов у школьников формируется позитивное отношение к сверстникам, улучшается их культура общения, ускоряется адаптация к школьной среде [1].

Методы и организация исследования. В работе использовались следующие методы: анализ научно-методической литературы; уровень толерантности школьников определялся с помощью теста Д. В. Зинovieва [3] «Насколько мы терпимы?»; опросника диагностики уровня сформированности толерантности, разработанного для подростков П. В. Степановым [8]; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

На базе МОУ СОШ № 6 города Краснодара было проведено комплексное исследование, целью которого являлось экспериментальное обоснование эффективности разработанного комплекса педагогических условий для учащихся 5-х классов общеобразовательной школы в период их адаптации к новой школьной среде на основе использования подвижно-игровой деятельности.

Были сформированы две группы учащихся 5-х классов: экспериментальная – Эгр. (31 чел.) и контрольная – Кгр. (31 чел.).

Результаты исследования и их обсуждение. Формирование толерантности у детей Эгр. осуществлялось по программе, которая включала: специальные курсы, беседы, проигрывание различных ситуаций с последующим их коллективным анализом, психологические тренинги, элементы психогимнастики, групповые дискуссии, культурно-спортивные праздники с привлечением родителей, вечера толерантности, эстафеты, экскурсии, походы на природу, сюжетно-ролевые игры. При этом особое внимание обращалось на то, чтобы содержание их было пронизано духом толерантности, улучшало взаимоотношения между сверстниками, чтобы дети выносили из этих мероприятий эмоциональное сопереживание, радость и удовольствие от их результатов, осознавали собственную причастность и значимость, чувство собственного достоинства, то есть, чтобы они позитивно сказывались на эмоционально-волевых, мотивационно-ценностных, когнитивных и

поведенческих компонентах, составляющих структуру толерантности. Такая целенаправленная работа с учащимися в Кгр. не проводилась.

В эксперименте апробировались следующие педагогические условия, которые, по нашему мнению, должны улучшить процесс формирования толерантности у школьников 5-х классов:

- преемственность в формировании толерантности на этапах: семья – начальная – средняя школа;
- включение учащихся совместно с родителями, педагогами в социально и лично значимую деятельность, в том числе подвижно-игровую;
- педагогический мониторинг, определяющий динамику толерантности учащихся;
- осознание подвижно-игровой деятельности, формирующей толерантность;
- психолого-педагогическое просвещение педагогов и родителей;
- воспитание готовности учащихся к диалогу, сотрудничеству и конструктивному решению конфликтов;
- создание атмосферы, объединяющей все сферы жизнедеятельности школьника как в урочной, так и во внеурочной деятельности;
- целенаправленное воздействие на эмоционально-волевые, мотивационно-ценностные, когнитивные и поведенческие компоненты.

Формирование толерантности осуществлялось в нескольких основных направлениях: изучение неоднородной образовательной среды общеобразовательной школы; повышение уровня психолого-педагогической компетенции учителей средних классов в области толерантности сознания; формирование готовности и подготовленности учащихся к позитивному взаимодействию с другими людьми; повышение культуры общения и поведения учащихся в разнообразной деятельности; расширение знаний об окружающем мире.

С помощью теста «Насколько мы терпимы?» [4] были выбраны следующие критерии толерантности для школьников 5-х классов: знания об окружающем мире; уверенность в себе – адекватная самооценка своих поступков, действий, собственных сил и способностей; ответственность за свои поступки и действия; доброжелательность и чуткое отношение к окружающему миру; эмпатия (способность сопереживать, сочувствовать, сострадать, эмоционально оценивать события); рефлексия – способность осознавать, осмысливать свои действия и поступки, знание личных особенностей, достоинств и недостатков; отсутствие тревожности, страха; способность прощать; умение слушать, выслушивать других; умение находить пути взаимопонимания и согласия, решать спорные вопросы и конфликтные ситуации без агрессии и силового подчинения.

Используя выбранные критерии, уровень сформированности толерантности школьников определялся с помощью опросника диагностики, разработанного для подростков П. В. Степановым [8]. Данные опросника нами модифицированы с учётом возрастных особенностей школьников 5-х классов.

Начальный уровень сформированности толерантности и её компонентов в Кгр. и Эгр. был приблизительно одинаков (рис.).

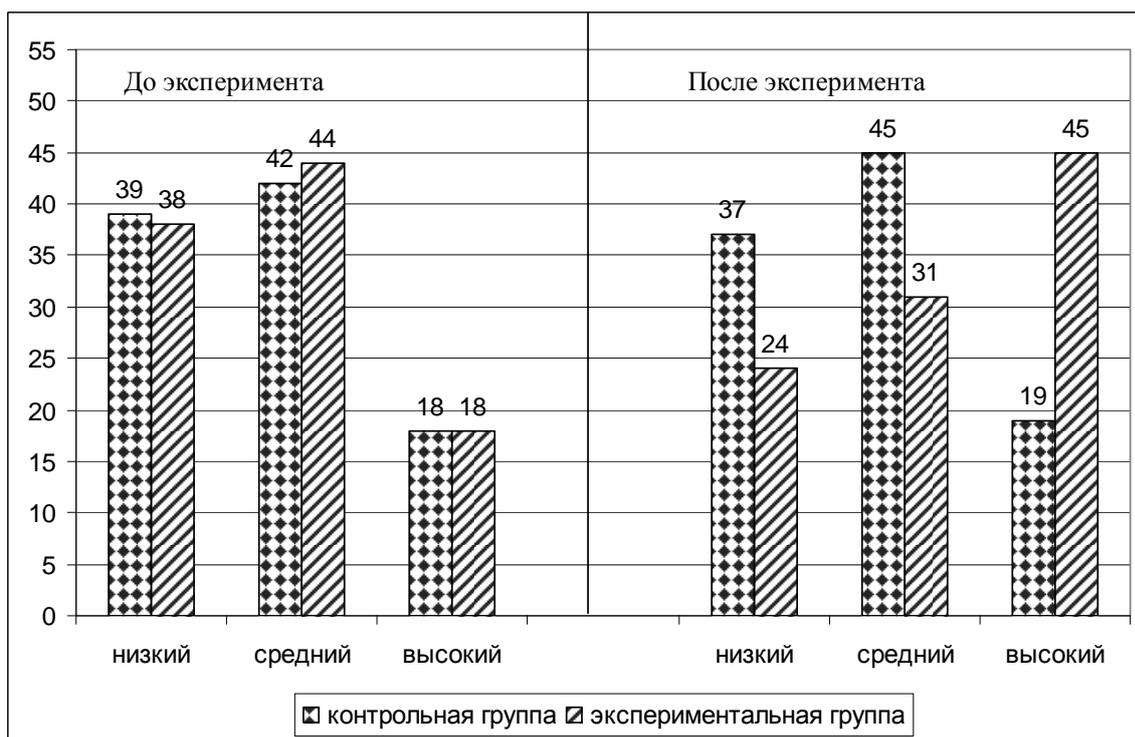


Рис. Сравнительный анализ сформированности толерантности у учащихся 5-х классов

После формирующего эксперимента в Эгр., где проводилась развивающая работа по предложенной программе, произошли более значительные изменения в уровнях сформированности толерантности по сравнению с Кгр.

Таким образом, предложенные педагогические условия позволили значительно повысить процент учащихся, находившихся на высоком и среднем уровне толерантности за счёт соответствующего снижения процента низкоуровневых учащихся – с 38% до 24%, среднего – с 44% до 31%, высокого – с 18% до 45% (рис.).

Выводы.

1. В результате предложенного комплекса педагогических условий школьников 5-х классов повысился уровень толерантности, что сказалось на снижении внутриличностных конфликтов в процессе их жизнедеятельности.

2. В ходе дискуссий относительно подвижно-игровой деятельности, сюжетно-игровых, имитационных, ситуационно-моделирующих игр с использованием интерактивных методик, установлено, что у детей формируется культура межличностных отношений, отношений к окружающему миру, осознание себя, своего места в мире.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Асмолов, А. Г. Движущие силы и условия развития личности / А. Асмолов // Психология личности: хрестоматия. - Т. 2. - Самара, 1999. - С. 345-384.
2. Даль, В. И. Толковый словарь живого великорусского языка. - Т. 4 / В. И. Даль. - М.: Русский язык, 1982. – 683 с.
3. Декларация принципов толерантности. Утверждена резолюцией Генеральной конференции ЮНЕСКО от 16 ноября 1995 года/ Век толерантности // Научно-публицистический вестник. - М.: МГУ, 2001. - С. 131-137.
4. Зиновьев, Д. В. Повышение педагогического мастерства будущего педагога на основе формирования социокультурной толерантности: дис. ... канд. пед. наук / Д. В. Зиновьев. - Красноярск, 2000. – 148 с.
5. Золотухин, В. М. Терпимость как общечеловеческая ценность / Современные проблемы гуманитарных дисциплин. – В 2 ч. – Ч. 1 / В. М. Золотухин. – М.: Академия, 2001. – С. 7-9.
6. Советский энциклопедический словарь / науч.-ред. совет: А. В. Прохоров (пред.). – М.: Советская энциклопедия, 1981. – 1600 с.
7. Социологический энциклопедический словарь / ред. Г. В. Осипов. – М.: Норма, 1998. – 488 с.
8. Степанов, П. В. Педагогические условия формирования толерантности у школьников-подростков: дис. ... канд. пед. наук / П. В. Степанов. – М., 2002. – 170 с.
9. Тишков, В. А. Толерантность и согласие в трансформирующихся обществах: доклад на международной научной конференции ЮНЕСКО «Толерантность и согласие» / В. А. Тишков // Очерки теории, политики и этничности в России. - М.: Русский мир, 1997. – С. 256-274.
10. Чолаков В. Нобелевские премии. Учёные и открытия: пер. с бол. / В. Чолаков. – М.: Мир, 1986. – 368 с.

FORMING TOLERANCE IN 5 GRADE PUPILS IN THE PERIOD OF THEIR ADAPTATION TO THE TEACHING PROCESS AT A SECONDARY SCHOOL

Novikova E., Post-Graduate Student,
Balandin V., Doktor of Pedagogics, Professor
Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.
Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

The complex of pedagogical conditions for forming tolerance in 5-grade pupils is represented in the paper.

Key words: tolerance, pedagogical conditions, components, mobile-gaming activity.

АНАЛИЗ ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА УСПЕШНОСТЬ УЧЕБНОЙ И РЕГУЛЯРНОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

Кандидат педагогических наук, старший преподаватель М. Ю. Пушкарный,
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар
Почетный работник общего образования РФ, директор СОШ №57 М. В. Кошаева
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

В статье рассматриваются факторы, влияющие на успешность учебной и тренировочной деятельности спортсменов, занимающихся в детских спортивных школах.

Ключевые слова: среднеобразовательная школа, детско-юношеская спортивная школа, учебный процесс, тренировочный процесс, успешность обучения.

Одной из важных задач, стоящих перед спортивными школами, спортивными секциями, государственными и общественными учреждениями, спортивными клубами и другими организациями, работающими в сфере физической культуры и спорта, является увеличение чис-



ла занимающихся детей, подростков и молодежи с целью профилактики наркомании, алкоголизма и преступности, оздоровления подрастающего поколения, подготовки призывной молодежи к службе в Вооруженных Силах России и дальнейшей трудовой деятельности.

В этой связи перед спортивными школами стоят задачи по увеличению набора в группы начальной подготовки, сохранения контингента в учебно-тренировочных группах, что позволит проводить более тщательный отбор на этапе спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

Наряду с этим, для формирования гармонично развитой личности необходимо обеспечить освоение

ребенком программы среднеобразовательной школы, дающей возможность дальнейшего профессионального роста.

Родители школьников, занимающихся в спортивных секциях, зачастую вынуждены решать вопросы, связанные с успешностью учебной или тренировочной деятельности за счет времени, уделяемого одной из сторон. Такой подход не рационален и не влияет положительно на развитие ребенка. Решение подобных задач требует усилий всех заинтересованных сторон.

Каждый этап спортивной подготовки ограничивается определенными возрастными рамками, которые характеризуются не только физиологическими, но и социологическими особенностями развития занимающихся, без их учета затруднительно рассчитывать на высокие показатели в учебном и тренировочном процессах.

Особенно остро эти вопросы стоят в видах спорта с ранней специализацией, тем более что спорт высших достижений за последние 10–20 лет значительно «помолодел». Ярким примером служат гимнастические виды спорта: спортивная гимнастика, художественная гимнастика, спортивная акробатика, прыжки на батуте и т. д. В этих видах спорта выход на оптимальный уровень спортивной подготовленности и достижение высоких спортивных результатов приходится на период 14–17 лет. Весомым доказательством важности для спортивной карьеры данного возрастного отрезка является решение о проведении юношеских Олимпийских игр с 2010 года.

Юный спортсмен, для того чтобы стать полноценной личностью в современном обществе, должен не только гармонично развиваться физически, но и получить среднее образование должного уровня, которое позволит продолжить обучение с целью освоения избранной профессии с тем, чтобы занять достойное место в обществе.

Наибольшее влияние на формирование личности ребенка, занимающегося спортом, имеют родители, среднеобразовательная школа и детско-юношеская спортивная школа, решающие свой спектр задач, которые в совокупности должны привести к положительному результату. Ведущую и определяющую роль играют родители, а вот взаимодействие между общеобразовательной и спортивной школой, в большинстве случаев, к сожалению, слабое.

Учебная программа среднеобразовательных школ насыщена и для её освоения требуется серьезное усердие. Интервьюирование тренеров детско-юношеских школ показало, что чаще всего при снижении успеваемости в средней школе родители юного спортсмена запрещают ему посещать тренировочные занятия до улучшения оценок, считая, что у ребенка будет больше времени на учебу. Такой подход влияет на снижение спортивной подготовленности, что влечет за собой снижение спортивных результатов, разочарование в спортивной деятельности и, как следствие, – ребенок прекращает занятия спортом.

Одним из вариантов решения таких вопросов явля-

ется формирование спортивных классов. Однако практика показывает, что данное решение не оправдывает себя в начальной школе, так как большой процент зачисленных в спортивный класс прекращает занятия в конкретной спортивной школе в течение учебного года по различным причинам. Имеющиеся спортивные классы в средних и старших классах средней школы создаются для спортсменов, показавших хорошие результаты на соревнованиях с перспективами роста спортивного мастерства в конкретном виде спорта. Такая форма тоже имеет свои негативные стороны, например: переезд в другой регион, отрыв от дома, адаптация в новом коллективе и т. п.

Для выявления путей решения выше обозначенных проблем необходим комплексный анализ мнений с всесторонним выявлением мотивов, задач и вопросов на каждом этапе подготовки юного спортсмена. Такой подход даст возможность найти пути взаимодействия между общеобразовательной школой, спортивной школой, юным спортсменом и его родителями. Это позволит выявить варианты улучшения учебного и тренировочного процесса, что повлияет на гармоничное формирование личности юных спортсменов.

С этой целью нами было проведено анкетирование, в котором приняли участие 213 спортсменов – учащихся 36 среднеобразовательных школ г. Краснодара – № 2, 3, 8, 12, 15, 16, 18, 19, 20, 22, 23, 24, 30, 31, 34, 35, 36, 39, 41, 44, 47, 48, 55, 57, 64, 66, 71, 78, 89, 90, 92, 93, 95, 100, 101.

Из всех опрошенных – 82 занимаются в группах начальной подготовки и 131 имеет следующие спортивные разряды: 3 юношеский разряд – 10 человек; 2 юношеский разряд – 20 человек; 1 юношеский разряд – 7 человек; 3 взрослый разряд – 7 человек; 2 взрослый разряд – 13 человек; 1 взрослый разряд – 43 человека; КМС – 22 человека; МС – 9 человек.

Вопросы, заданные с целью выяснения причин выбора занятий данным видом спорта, показали следующее.

На вопрос «Почему выбрали именно этот вид спорта?» давались следующие ответы:

- понравилось – 106 человек (49,8%);
- привели – 20 человек (9,4%);
- интересно – 17 человек (8%);
- захотелось – 10 человек (4,7%);
- для оздоровления – 8 человек (3,8%);
- по стопам родителей – 5 человек (2,3%) (рис. 1).

На вопросы о времени, затрачиваемом на дорогу от дома до спортивной школы, от дома до среднеобразовательной школы, от среднеобразовательной школы до спортивной школы, ответы распределились следующим образом.

- Дорога от дома до спортивной школы:
- от 5 до 30 минут – 159 человек (74,6%);
 - от 35 до 50 минут – 26 человек (12,2%);
 - от 1 часа и более – 28 человек (13,2%).

- Дорога от дома до среднеобразовательной школы:
- от 5 до 30 минут – 190 человек (89,2%);
 - от 35 до 50 минут – 9 человек (4,2%);
 - от 1 часа и более – 14 человек (6,6%).

Физическое воспитание детей и учащейся молодежи

Дорога от среднеобразовательной школы до спортивной школы:

- от 5 до 30 минут – 176 человек (82,6%);
- от 35 до 50 минут – 23 человека (10,8%);
- от 1 часа и более – 14 человек (6,6%) (рис. 2).

Рисунок 1. Причины выбора данного вида спорта

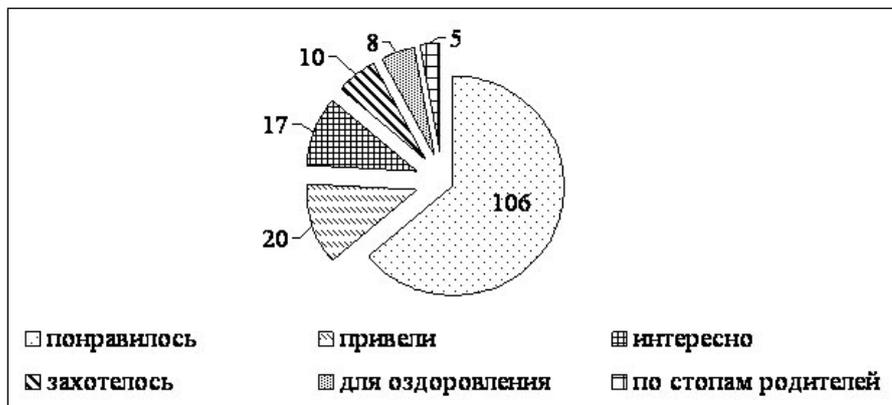


Рисунок 2. Количество времени, затраченного ребенком на дорогу

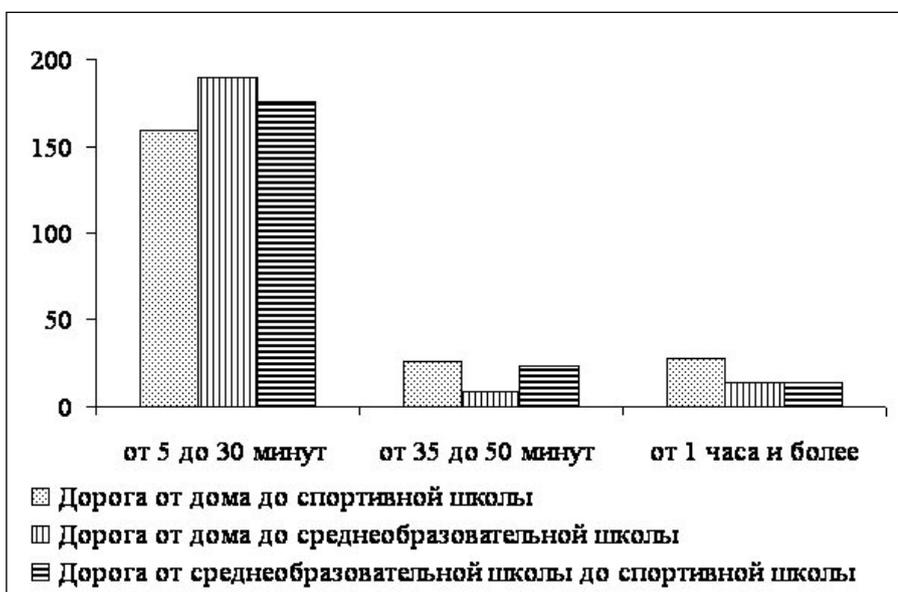
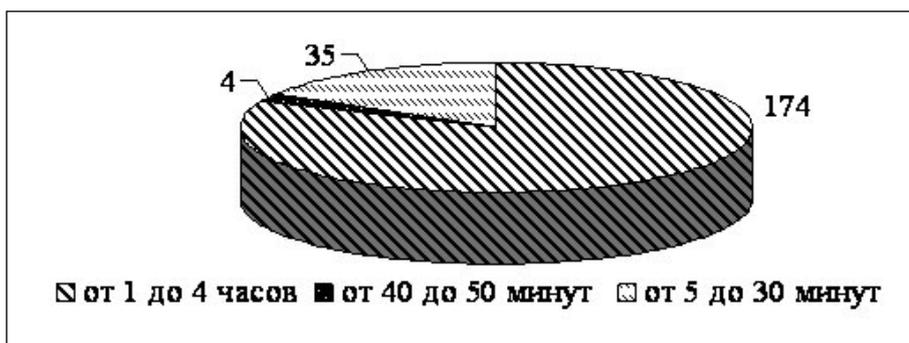


Рисунок 3. Количество времени, затраченного на выполнение домашнего задания



173 опрошенных ребенка (81,2%) учатся в первую смену и 40 (18,8%) – во вторую. Данный факт свидетельствует о том, что работающие родители в большинстве случаев не имеют возможности встречать из школы и сопровождать ребенка на тренировку.

Вышеприведенные данные говорят о том, что подавляющее большинство опрошенных занимаются в спортивных школах, расположенных вблизи от дома и среднеобразовательной школы. Учитывая, что опреде-

ляющую роль в занятости ребенка играют родители, которые заинтересованы в том, чтобы он был под присмотром педагогов, можно сделать вывод, что ведущим фактором при выборе спортивной школы является близость её расположения от дома и среднеобразовательной школы, а также интерес ребенка к данному виду двигательной активности.

Одним из важных факторов, влияющих на регулярность занятий ребенка спортом, является его успе-

ваемость в среднеобразовательной школе. На вопрос «Сколько времени занимает выполнение домашнего задания?» ответы распределились следующим образом:

- от 1 до 4 часов – 174 опрошенных (81,7%);
- от 40 до 50 минут – 4 опрошенных (1,9%);
- от 5 до 30 минут – 35 опрошенных (16,4%) (рис. 3).

Большинство занимающихся затрачивают на выполнение домашнего задания от 1 до 4 часов. Учитывая, что дорога от школы до дома и от дома до спортивной школы у более 80% спортсменов занимает 1,5–2 часа, следовательно, это больше половины времени, необходимого для выполнения домашнего задания.

На вопрос «Освоение каких предметов вызывает у вас затруднения?» были получены следующие ответы:

- русский язык – 45 опрошенных (21,1%);
- математика (алгебра, геометрия) – 43 опрошенных (20,2%);
- иностранный язык – 28 опрошенных (13,1%);
- физика – 23 опрошенных (10,8%).

Организовав для спортсменов возможность оставаться в школе до спортивной тренировки в течение полутора – двух часов и обеспечив помощь учителя в изучении предметов, вызывающих затруднение можно более рационально организовать график деятельности ребенка и значительно «подтянуть» его успеваемость.

Особенно важна поддержка учителей среднеобразовательной школы в средних и старших классах, так как именно в этот период спортсмены наиболее часто выезжают на соревнования и тренировочные сборы, следовательно, пропускают уроки, снижается успеваемость.

На вопрос «Берете ли вы в среднеобразовательной школе задания на время поездок на соревнования и

тренировочные сборы?» 112 опрошенных (52,6%) ответили отрицательно и 101 (47,4%) – положительно.

На вопрос «Помогают ли вам выполнять школьные задания в период соревнований и тренировочных сборов?» 139 (65,3%) опрошенных ответили отрицательно и 74 (34,7%) ответили положительно. То есть, только половина опрошенных в период отъезда старается осваивать школьную программу и только трети из них оказывается в этом помощь.

Наряду с этим, 162 (76%) опрошенных ответили утвердительно на вопрос «Умеете ли вы пользоваться персональным компьютером и Интернетом?». Следовательно, при наличии соответствующих программ спортсмены могут выполнять задания через Интернет.

Резюмируя вышеизложенное, для улучшения учебного и тренировочного процесса можно рекомендовать:

- обращать внимание при наборе в группы начальной подготовки детско-юношеских спортивных школ на учащихся начальных классов близлежащих среднеобразовательных школ;
- организовывать консультации и дополнительные занятия после уроков в среднеобразовательной школе за 1,5–2 часа до тренировки по наиболее «трудным» предметам: русскому языку, математике (алгебре, геометрии), иностранному языку и физике;
- организовывать питание и отдых перед тренировочными занятиями;
- использовать существующий опыт образовательных учреждений удаленного обучения через Интернет, создание тестирующих компьютерных программ, позволяющих спортсменам выполнять задания учителей во время отъезда на соревнования и тренировочные сборы, а учителям контролировать их выполнение.

ANALYSIS OF FACTORS INFLUENCING BOTH ON THE SCHOOL CHILDREN'S SUCCESSFUL LEARNING ACTIVITY AND ON THE REGULARITY OF THEIR TRAINING ACTIVITY

Pushkarni M., Candidate of Pedagogics, Senior Teacher

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.

Koshaeva M., Honoured Worker of General Education of RF, Director of GSS №57

Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

Factors influencing on the success of both learning and training activity of athletes going in for sport at children sports school are examined in the paper.

Key words: general secondary school, children-youth sports school, learning process, training process, success of education.

ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Кандидат педагогических наук, профессор М. Т. Турскельдина

Университет Кайнар, Алматы, Республика Казахстан

Контактная информация для переписки: Республика Казахстан, г. Алматы, ул. Сатпаева, 7а

В статье изложены результаты экспериментальной работы автора с учителями начальной школы по выявлению критериев оценки профессиональной деятельности по формированию физической культуры младших школьников. Предложены методические рекомендации по повышению качества физкультурного образования учащихся.

Ключевые слова: формирование физической культуры, профессиональная деятельность, физкультурное образование, младший школьный возраст, модернизация.

Формирование физической культуры личности младшего школьника - целенаправленный, многогранный, противоречивый и в то же время целостный процесс, обусловленный совокупностью социальных и психолого-педагогических условий и факторов, которые составляют причину и движущую силу её развития и становления. Одним из теоретических понятий, которое мы используем в процессе формирования физической культуры личности младшего школьника являются **факторы формирования**. Их принято характеризовать как совокупность форм и средств учебно-воспитательного процесса, организацию и содержание обучения, уровень учебно-воспитательной подготовленности учащегося. Теория формирования личности является методологической основой стратегии и тактики воспитательного процесса, таким образом, воспитание выступает как процесс управления формированием личности младшего школьника. Факторы могут способствовать или препятствовать этому процессу, ускорять или, напротив, замедлять его ход. Поскольку процесс формирования личности есть результат множества взаимосвязей и взаимодействий, её внутренних сфер и внешних обстоятельств, то наблюдается проявление и многообразие факторов.

Различаются факторы *внешние* (объективные) и *внутренние* (субъективные), *основные* (ведущие) и *неосновные* (частные), *временные* и *постоянные*, *контролируемые* и *неконтролируемые* и т. д.

Ученик выступает как объект и субъект социальных отношений, деятельности и воспитания. Он характеризуется природной основой (наследственность), социаль-



ной сущностью (воспитанность) и приспособляемостью к окружающей среде (активность). Ребенок - активно действующая, саморегулирующаяся и саморазвивающаяся система. Воспитание играет решающую роль, поскольку от него зависят использование всех внутренних факторов, координация и взаимосвязь внешних условий. Это наглядно можно представить в виде схемы (рис. 1) [1].

Развитие организма и психики, саморазвитие и самосовершенствование личности выступают как внутренние факторы формирования личности, а природная и социальная среда, деятельность личности в окружающем мире - как основные условия этого процесса. Когда развитие организма связано с изменением природной среды, происходит развёртка

наследственного фонда личности. Взаимосвязь развития психики с изменением социальной среды создаёт основу для воспитания. Результаты воспитания и саморазвития личности, связанные с её деятельностью в окружающем мире, служат основанием для самовоспитания.

| | | | | |
|--------------------|--|------------------|--|-------------------------------|
| РАЗВИТИЕ ОРГАНИЗМА | | РАЗВИТИЕ ПСИХИКИ | | САМОРАЗВИТИЕ (самовоспитание) |
| | | | | |
| НАСЛЕДСТВЕННОСТЬ | | ВОСПИТАНИЕ | | ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЛИЧНОСТИ |
| | | | | |
| ПРИРОДНАЯ СРЕДА | | СОЦИАЛЬНАЯ СРЕДА | | ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КОЛЛЕКТИВА |

Рис. 1. Взаимосвязь факторов и условий формирования личности

По силе своего воздействия перечисленные факторы вовсе не одинаковы: одни являются ведущими, другие оказывают менее существенное воздействие. Однако каждый из них в конкретных условиях может оказать решающее влияние на разностороннее развитие школьника. Поэтому недооценка, а тем более игнорирование их, может отрицательно сказаться на процессе формирования физической культуры личности. Более того, какой бы силой воздействия ни обладал тот или иной фактор, его

роль останется незначительной, если его влияние будет носить не взаимосвязанный, а изолированный характер. Вот почему столь важно использовать всю систему различных факторов, их целенаправленность и согласованность для достижения поставленной цели.

В начальной школе познавательными интересами и потребностями в успехе являются предпосылки психического развития самопознания и самосознания. Управление процессом структурирования личности - сложный процесс, поскольку требует диагностического подхода и связи целей воспитания с направленностью развития личности. Указанные положения позволяют уточнить влияние внешних - объективных факторов (социальная среда, микросреда, статус и материальное положение семьи и т. д.) и внутренних побудителей деятельности (наследственность, потребности, ценностные ориентиры, идеалы, пример родителей и старших и др.) на процесс формирования личности, помогают моделировать процессы воспитания и развития личности, определить свои методологические позиции. Исследование факторов, составляющих структуру социальной активности личности путём объединения однородных признаков, позволило П. И. Ключнику и М. Я. Виленскому [2] условно выделить шесть факторов, влияющих на формирование физической культуры личности учителя. Взятые нами за основу и адаптированные к специфике проводимого исследования с младшими школьниками они представлены следующим образом:

Социально-психологический фактор, являющийся одним из важнейших в формировании физической культуры младшего школьника. Составляющие его независимые переменные: 1) социально-психологический климат семьи, включающий сплоченность, индивидуальный статус ребенка, взаимоотношения в семье, в классе; 2) сложившиеся спортивные традиции семьи; социальное окружение, пример родителей, старших и друзей; 3) мнение родителей, старших и учителя.

Развитие и становление личности учащегося, как и формирование физической культуры, возможно только в школьном коллективе. Среди различных детских, школьных, спортивных и других объединений, в которых происходит развитие и становление личности учащегося, ведущее место отводится учебному классу, являющемуся первичным коллективом, той социальной ячейкой, с которой школьники связаны с первого по выпускной класс, в которой они проводят больше половины своего личного времени. Учебный класс - это своеобразный «полигон», где происходит учебно-познавательная, физкультурно-оздоровительная, художественно-эстетическая и научно-исследовательская, трудовая, другие виды общественно полезной деятельности, которые усиливают взаимное психологическое влияние друг на друга и создают прочную основу для групповой сплоченности. Основную роль в создании такого сплоченного коллектива играют квалификационный уровень и личностные качества учителя, выступающие как средство прямого и опосредованного воздействия на личность ученика,

выполняющие функции регулятора, катализатора, контролёра и организатора.

Таким образом, коллектив и коллективные формы обучения обладают значительными потенциальными возможностями в социальном формировании личности. К сожалению, имеющиеся возможности школьного коллектива, как свидетельствует практика, по различным причинам реализуются далеко не полностью, а содержание его деятельности не отличается богатством и разносторонностью, и, как правило, основное внимание сосредоточено на вопросах успеваемости по общеобразовательным предметам и посещаемости. Не на должном уровне проводятся организация совместного досуга, внеклассные занятия физической культурой и спортом и т. д.

В совокупности факторов, влияющих на формирование физической культуры школьника и повышающих социальную активность личности, определенная роль принадлежит физкультурно-спортивным традициям страны, региона и школы как устойчиво сложившимся и положительно зарекомендовавшим себя формам физкультурно-спортивной деятельности и общения. Физкультурно-спортивные традиции решают задачи по формированию основ физической культуры личности, активной социальной позиции у школьников.

Важную роль в формировании физической культуры младших школьников играет *организационно-методический фактор*. Он включает в себя все стороны и многообразие воздействий на личность учащегося. В нем отражена совокупность принципов построения внутренней жизни класса, а также система мер, методов и форм организации учебной и внеучебной деятельности с целью достижения поставленных целей. Структуру организационно-методического фактора составляют следующие переменные: организация и проведение урока, внеурочной и внешкольной физкультурно-оздоровительной работы, распределение общественных поручений и контроль их выполнения, система морального стимулирования, организация различных инновационных технологий воспитательного процесса и т. д.

Психолого-педагогический фактор охватывает содержание, качество и уровень проведения учебных занятий: наличие свободного времени для самостоятельных игр и занятий физическими упражнениями по своему выбору, рациональное расписание урока, физкультурно-оздоровительных мероприятий, спортивных секций; разностороннюю направленность, учет индивидуально-психологических и физических особенностей; решение оздоровительных, образовательно-воспитательных задач, учет желаний и интересов, эмоциональность и др., а также личностные качества учителя, его общекультурный уровень, эрудицию, научную и методическую подготовку, принципиальность, педагогическое мастерство и т. д. Личный пример учителя по своей значимости во много раз превосходит декларативные формы призывов и убеждений. Однако многие

учителя недостаточно общаются с учениками во внеурочное время, не стремятся оказать на них влияние своим личным примером, не знают их эмоционального и реального отношения к физическому воспитанию, особенности их потребностно-мотивационной сферы и ценностных ориентаций.

К структуре *личностного фактора*, являющегося основным в формировании активности личности младшего школьника, мы относим физические и духовные качества: состояние здоровья; уровень физического развития, физической подготовленности, личные интересы, потребности, мотивы, цели, ценностные ориентации; осознанность необходимости наличия знаний, умений и навыков; отношение индивида к физической культуре и спорту, умения организации подвижных и спортивных игр и простейших соревнований со сверстниками и др.

Сформировать осознанную потребность в физкультурно-спортивной деятельности – основная задача физического воспитания как учебного процесса. Осознание потребности занятий физической культурой и спортом, наличие необходимых знаний, умений и навыков формируют цель, которую ставит перед собой человек в процессе физического воспитания. В свою очередь цель предполагает выбор способов и средств, используя которые индивид управляет собой, своим физическим самовоспитанием.

В формировании физической культуры учащегося заметную роль следует отвести *материально-техническому фактору*. В его содержание включаются материально-спортивная база, наличие необходимого спортивного оборудования и инвентаря, санитарно-гигиенические условия спортивных сооружений, эстетическое оформление мест занятий и т. д.

Определенную роль в формировании физической культуры младших школьников играют *социально-демографические и национальные факторы*, составляющими переменными которого являются возраст, пол, статус и материальное положение семьи, количество детей в семье, национальные и семейные традиции и др. Следует отметить, что в эксперименте участвовали школьники начальных школ с казахским и русским языком обучения из всех регионов республики.

Анализ массива факторов развития физической культуры, полученного в результате опроса респондентов, позволил определить приоритетные, провести их группировку и проранжировать выделенные группы.

Автором систематизированы и проранжированы группы факторов, определяющие развитие физической культуры младшего школьника (табл.).

Таблица

Группы факторов, определяющие развитие физической культуры младших школьников (данные автора)

| № п/п | ГРУППЫ ФАКТОРОВ | Ранговое место |
|-------|--|----------------|
| 1 | Биологические и психофизиологические | 3 |
| 2 | Личностные качества: физические и духовные | 2 |
| 3 | Психолого-педагогические | 1 |
| 4 | Организационно-методические | 6 |
| 5 | Социально-психологические | 4 |
| 6 | Социально-демографические | 7 |
| 7 | Материально-технические | 5 |
| 8 | Другие | 8 |

Представленные в таблице факторы отражают специфику их проявлений, а также значимость и «удельный вес» каждой группы на начальной ступени системы образования. Как следует из анализа содержания факторов, специфики и своеобразия в начальной ступени общего образования, все выделенные группы факторов имеют четко выраженные признаки, характерные для процесса формирования физической культуры учащегося. Это позволило установить ряд принципиально важных положений и, в частности, доказать, что структурной единицей процесса формирования физической культуры младших школьников является **фактор**. Совокупность внутренних и внешних факторов обладает свойством рефлексии, трансформации и избирательности адресного воздействия, определяет **траекторию** включенности личности учащегося в процесс формирования физической культуры.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Кочетов, А. И. Теория формирования личности. – Минск, 1998. – Ч. 2. – 228 с.
2. Ключник, П. И. Физическое воспитание в процессе формирования социально активной личности будущего учителя: дис. ... канд. пед. наук. – М., 1988. – 231 с.

FACTORS PLAYING THE MAIN ROLE IN THE DEVELOPMENT OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN'S PHYSICAL CULTURE

Turskeldina M., Candidate of Pedagogics, Professor
The Kainar University, Almati.

Contact information for correspondence: Republic of Kazakhstan, Almati, Satpaeva str., 7a

The results of the author's experimental work with teachers of a primary school aimed at the finding the criteria of the evaluation of the professional activity connected with the formation of junior schoolchildren's physical education are presented in the paper. Methodical

recommendations concerning the increasing quality of pupils' physical education.

Key words: formation of physical culture, professional activity, physical education, junior school age, modernization.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ВЪЕЗДНОГО МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРИЗМА

Кандидат педагогических наук О. В. Шпырня,
кандидат педагогических наук, доцент С. Ф. Евтушенко,
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

В статье рассматривается проблема обеспечения качества подготовки кадров для туристской индустрии с точки зрения развития въездного международного туризма. Анализируются современные подходы к формированию содержания профессионального туристского образования. Авторы обосновывают необходимость внедрения компетентностного подхода в системе туристского образования. Изучаются проблемы и перспективы развития региональных систем подготовки кадров для индустрии туризма, рассмотрена проблема создания системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации кадров в сфере туризма.



Ключевые слова: международный туризм, компетентностный подход, профессиональное туристское образование, трудовые ресурсы, подготовка, переподготовка и повышение квалификации кадров.

Современный этап развития туристского бизнеса предъявляет повышенные требования к уровню информационно-технологической компетентности менеджмента туристских организаций. Постоянно увеличивающиеся объемы информации требуют своевременной обработки и принятия на основе этого качественного управленческого решения. Обеспечить быстроту, качество и надежность проведения данной процедуры можно только при условии внедрения информа-

ционных технологий во все основные бизнес-процессы туристской фирмы.

В результате всех вышеперечисленных факторов методы работы, которые были приемлемы в работе туристских предприятий еще 5-7 лет назад, сегодня перестают действовать. Необходимы новые подходы в системе менеджмента, маркетинга, методов продаж туристского продукта. Все это требует внедрения новых технологий в соответствующие сферы деятельности туристских работников: от автоматизации предприятий до принятия качественно новых экономических решений в области создания, продвижения и продаж туристского продукта. Соответственно, необходимы изменения в обучении специалистов туристского бизнеса, а именно формирование высокого уровня профессиональной компетентности посредством использования компетентностного подхода в образовании. По мнению И. А. Зимней (5), необходимость внедрения компетентностного подхода в российскую систему образования обусловлена рядом причин:

- общеевропейской и мировой тенденцией интеграции и глобализации мировой экономики;
- необходимостью гармонизации «архитектуры европейской системы высшего образования»;
- происходящей в последнее десятилетие сменой образовательной парадигмы;
- богатством понятийного содержания термина «компетентностный подход»;
- предписаниями.

При этом А. А. Вербицкий (1) считает, что в основу реализации компетентностного подхода необходимо положить ряд перспективных теорий, концепций и методических систем, разработанных в отечественной психолого-педагогической науке. Среди них он выделяет теории и технологии проблемного обучения (А. М. Матюшкин, Т. В. Кудрявцев, М. И. Махмутов и др.), поэтапного формирования умственных действий и понятий (П. Я. Гальперин). Но для того чтобы эти теории стали основой реализации компетентностного подхода они, по мнению А. А. Вербицкого (19), нуждаются в концептуальной «доводке», в частности, в переосмыслении единицы деятельности – замены «предметного действия» на «поступок», несущий в себе свойства как предметности, так и социальности.

Все вышеперечисленные положения актуальны и для профессионального туристского образования. Работодателей (туроператоры, турагенты, гостиничные цепи, страховые компании) не интересует качество образовательного процесса, квалификация профессорско-преподавательского состава, престижность вуза. Для них важна профессиональная компетентность специалиста, его способность эффективно выполнять производственные функции, практически решать определенные классы задач и проблем.

И. В. Зорин (5) считает, что формирование содержания профессионального туристского образования опирается на субъектно-ориентированные принципы: аксиологический, рекреационный, антропоэкологический, рекреационного проектирования, социализации, инди-

видуальной мотивации и объектно-ориентированные принципы: отраслево-экономический, деятельностно-ориентированный, рыночной ориентации, структурно-функциональной параметризации, технологический, феноменологический.

Гносеологический и аксиологический подходы к формированию содержания профессионального туристского образования позволяют дифференцировать его образовательное пространство относительно субъекта и объекта туристской деятельности, реализовать в ней педагогические функции обучения, воспитания и развития (6).

В исследовательском плане профессиональное туристское образование рассматривается И. В. Зориным и А. И. Зориным (7) как область взаимодействия трех пространств: образовательного, которое определяет принципы и условия образования; туристского, раскрывающего антиномию его формирования; профессионального, выделяющего систему образовательных стандартов профессионального туристского образования.

Стремительное развитие науки и производства приводит к быстрому устареванию знаний и профессиональных навыков. Инновационными принципами в сфере высшего профессионального образования становятся, по мнению А. С. Тарасенко и Ю. К. Чернышенко (8), его гуманитарная сущность, направленность (не умаляя других составляющих) на духовно-ценностное и общекультурное развитие личности. В такой ситуации основой конкурентоспособности предприятия становится качество трудовых ресурсов. Повысить это качество можно только путем повышения уровня профессиональной подготовки и пересмотра стандартов в области образования взрослого населения. Поэтому проблему обеспечения надлежащего образования и подготовки кадров для курортно-туристского комплекса, особенно в преддверии большого наплыва туристов, связанного с проведением XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи, необходимо рассматривать как одну из самых важных частей индустрии туризма.

По нашему мнению, региональные системы подготовки кадров в перспективе должны стать важной составной частью целостной системы подготовки кадров для сферы туризма в нашей стране. Однако процесс их становления сопряжен со многими проблемами, от решения которых зависит дальнейшее развитие туризма в регионах. Наиболее актуальными на сегодняшний день проблемами являются следующие:

- недостаточно высокий уровень развития туристской инфраструктуры в регионах;
- отсутствие во многих регионах долгосрочных целевых программ развития туризма;
- слабое взаимодействие регионов внутри страны, что осложняет развитие внутреннего туризма;
- недостаточно эффективное взаимодействие государственных структур и представителей туристского бизнеса;
- преобладание выездного туризма над въездным;
- невысокая конкурентоспособность туристских фирм в регионах;

- низкая платежеспособность населения;
- отсутствие рекламы, сложности в продвижении туристского продукта региона.

В настоящее время образование, вышедшее за рамки университетских программ, теперь получают в течение всей жизни. Успех туристской фирмы, особенно работающей в сфере въездного международного туризма, во все возрастающей степени зависит от уровня профессиональной подготовки ее сотрудников. Все специалисты таких предприятий должны проходить специальное обучение по краткосрочным и фундаментальным программам. Базового образования, полученного даже по туристским специальностям, обычно бывает недостаточно, так как ситуация на международном туристском рынке все время меняется, появляются новые направления, вводятся новые методы обслуживания. Поэтому постоянное повышение квалификации является для любого туристского предприятия, работающего в сфере въездного международного туризма, залогом длительного процветания (2).

Для специалиста, работающего в сфере въездного международного туризма, требуются не только знания, например, иностранных языков, но и определенные навыки, умение практически реализовывать знания, решать задачи, а также личностные качества, которые позволяют работать с людьми. Современный работник должен обладать стратегическим мышлением, предприимчивостью, широкой эрудицией, высокой культурой. Это определяет требование непрерывного развития персонала, т. е. проведения мероприятий, способствующих полному раскрытию личностного потенциала работников и росту их способности вносить вклад в деятельность организации. Поэтому ожидания общества связаны с самым широким кругом вопросов, решение которых зависит как от самой индустрии туризма и гостеприимства, так и от системы туристского

образования. Актуальными остаются проблемы создания новых образовательных стандартов, связь обучения с практической деятельностью, отношения образовательных учреждений с предприятиями отрасли, координация совместных усилий по созданию системы целостной системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации кадров в сфере туризма.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Вербицкий, А. А. Компетентностный подход и теория контекстного обучения: материалы к четвертому заседанию методологического семинара (16 ноября 2004 г.). – М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004. – 84 с.
2. Гаврильчак, И. Н., Никитин, С. И. Управление образовательными структурами при подготовке специалистов сферы туризма // Сборник научных трудов Национальной академии туризма 2005 года / под ред. М. Б. Биржакова. – СПб.: Невский фонд, 2005. – С. 154-167.
3. Зимняя, И. А. Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентностного подхода в образовании. – М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004. – 38 с.
4. Зорин, И. В. Теоретические основы профессионального туристского образования: монография. – М.: Советский спорт, 2001. – 352 с.
5. Зорин, А. И. Профессиональное туристское образование: структурный анализ и понятийная база: монография. – М.: Советский спорт, 2004. – 176 с.
6. Зорин, И. В., Зорин, А. И. Профессиональное образование и карьера в туризме: учебник. – М.: Советский спорт, 2005. – 704 с.
7. Тарасенко, А. С., Чернышенко, Ю. К. Социальная компетентность как компонент профессиональной подготовки специалиста с высшим профессиональным образованием // Сборник научных трудов НИИ проблем физической культуры и спорта / под ред. В. А. Якобашвили и А. И. Погребного. – Краснодар: КГУФКСТ, 2005. – С. 242-246.

BASIC DIRECTIONS OF TRAINING SKILLED WORKERS FOR THE PROVISION OF THE ENTRY INTERNATIONAL TOURISM

Shpirnya O., Candidate of Pedagogics,

Evtushenko S., Candidate of Pedagogics, Associate Professor

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.

Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

The problem of the provision of the training quality of skilled workers for the hospitality industry from the point of view of the development of the entry international tourism is considered in the paper. Modern approaches to the formation of the tourist professional education are analyzed here. The authors substantiate the necessity of the inculcation of a competent approach into the hospitality industry education. Problems and perspectives of the development of regional systems of training skilled workers

for the hospitality industry are currently studied.

The authors examine the problem of creating the system of training, retraining and increasing the skilled workers' qualification in the sphere of tourism.

Key words: international tourism, competent approach, professional tourist education, working resources, training, retraining, increasing the skilled workers' qualification.

ДИНАМИКА ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ У ИГРОКОВ В НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ БЕЗ ВРАЩЕНИЯ МЯЧА

Кандидат педагогических наук, доцент Л. А. Дмитренко,
аспирант А. В. Ясинская

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

В процессе спортивной подготовки в современном настольном теннисе большой объем тренировочного времени отводится технико-тактическим упражнениям. Проблеме воздействия этих упражнений на функциональные системы организма и, в частности, влияния на частоту сердечных сокращений посвящено всего несколько публикаций. Выявление величины и динамики ЧСС при выполнении технико-тактических упражнений в настольном теннисе позволяет частично сформировать представление о величине специализированной нагрузки, которую выполняют теннисисты в процессе тренировки.

Ключевые слова: настольный теннис, технико-тактические упражнения, частота сердечных сокращений, интенсивность.

В процессе спортивной подготовки в современном настольном теннисе большой объем тренировочного времени отводится технико-тактическим упражнениям. В доступной нам научно-методической литературе по настольному теннису в основном рассматриваются вопросы методики подбора и дозирования специализированных упражнений с позиции повышения технико-тактического мастерства. Проблеме воздействия этих упражнений на функциональные системы организма [2, 4, 5] и, в частности, влияния на частоту сердечных сокращений [1, 3, 6] посвящено только несколько публикаций.

Частота сердечных сокращений (ЧСС) является одним из критериев оценки физической нагрузки, которую получает спортсмен в процессе соревновательной и тренировочной деятельности. Динамика ЧСС, в некоторой степени, позволяет судить как об интенсивности выполняемой нагрузки, так и о скорости срочных восстановительных процессов. Выявление величины и динамики ЧСС при выполнении технико-тактических упражнений в настольном теннисе позволяет, хотя бы частично, сформировать представление о величине специализированной нагрузки, которую выполняют теннисисты в процессе тренировки.

В тесной взаимосвязи с ЧСС находится интенсивность выполнения физических упражнений. В спортивных играх под интенсивностью принято понимать количество технико-тактических действий, выполняемых в минуту. С ростом спортивного мастерства и тренированности возрастает способность выполнять упражне-

ния с более высокой интенсивностью при сохранении прежней величины ЧСС, характерной для каждого технико-тактического упражнения.

Игровая деятельность в настольном теннисе имеет свою специфику. В процессе соревновательной борьбы теннисисту необходимо организовать атаку, выполнив комбинацию технических приемов, включающую один завершающий или серию мощных ударов с максимальной интенсивностью. В условиях тренировки упражнения с максимальной интенсивностью могут выполняться только в специально созданных условиях с применением большого количества мячей. В естественных условиях игры упражнения выполняются с меньшей интенсивностью, которая позволяет производить розыгрыш мяча без потери в течение 5-10 с. Такая интенсивность составляет примерно 70-80% от максимальной и является **оптимальной тренировочной интенсивностью**.

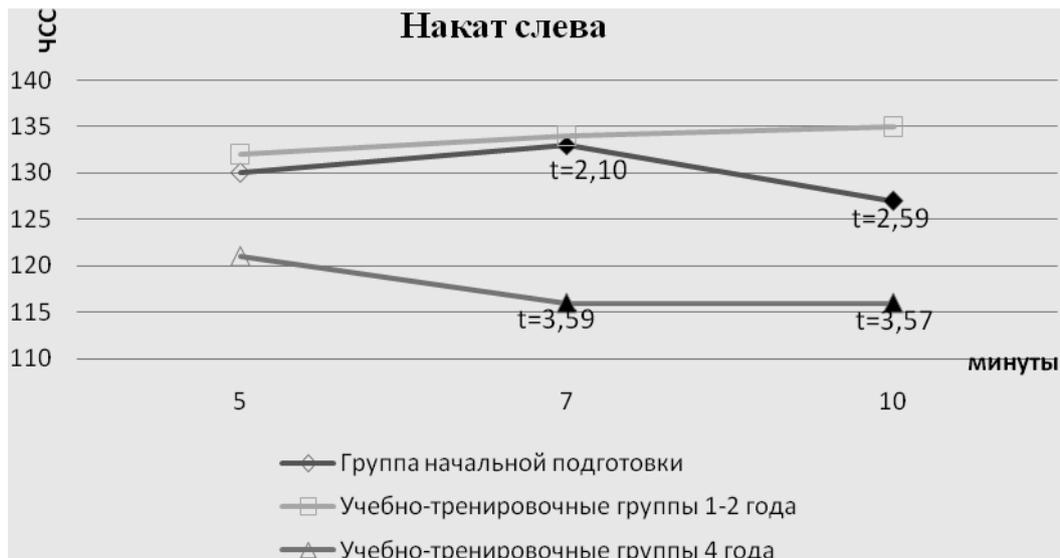
Величина оптимальной тренировочной интенсивности изменяется в соответствии с уровнем технико-тактической подготовленности спортсмена. Например, при выполнении накатов слева и справа по диагонали у теннисистов группы начальной подготовки (НП) оптимальная тренировочная интенсивность в среднем составляет 46-47 ударов, учебно-тренировочных групп 1-2 года обучения (УТГ-1,2) – 56-57 и учебно-тренировочных групп 4 года обучения (УТГ-4) – 65-66.

В процессе тренировочных занятий у теннисистов разного уровня подготовленности регистрировалась величина ЧСС на 5, 7 и 10 мин выполнения технико-тактических упражнений. Анализ полученных данных выявил ряд особенностей в динамике и величине ЧСС.

Так, при выполнении технических приемов накатами справа и слева по диагонали (рис. 1-2) у теннисистов групп НП и УТГ-1,2 к 7 мин ЧСС возрастает до 130-140 уд/мин, далее стабилизируется и даже может снижаться.

Данные, полученные в УТГ-4, существенно отличаются. Оптимальная тренировочная интенсивность, с которой эти теннисисты выполняют специализированные упражнения, существенно выше ($t=5,27-9,22$; $P<0,001$), а величина ЧСС при этом достоверно ниже ($t=3,57-7,77$; $P<0,05-0,001$) и соответствует 115-120 уд/мин. Процесс вработывания у них происходит быстрее и завершается к 5 мин, после чего происходит стабилизация ЧСС и в некоторых случаях существенное снижение ($t=3,57$; $P<0,01$).

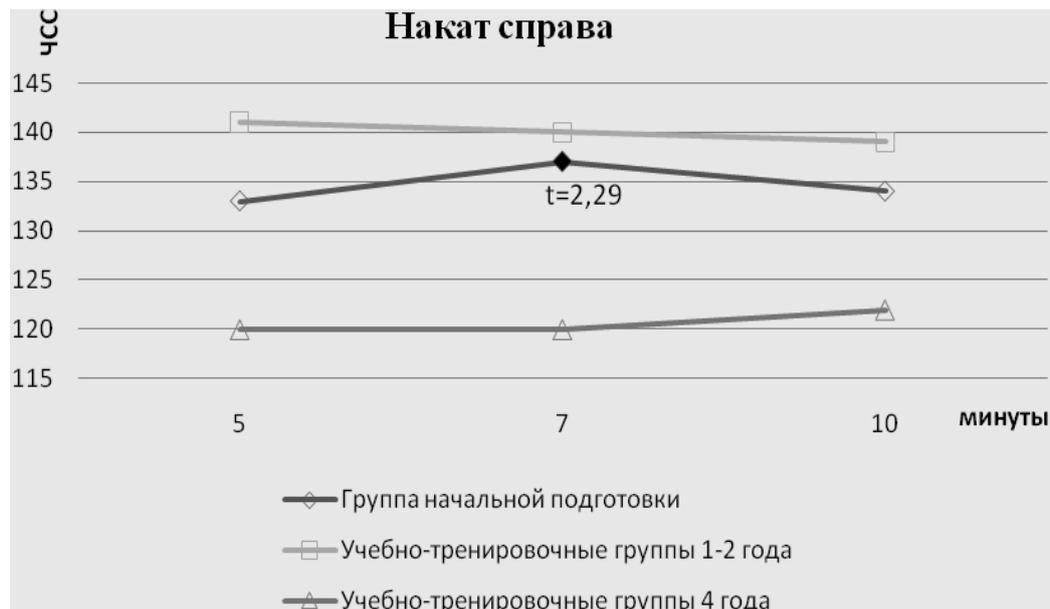
Рис. 1. Динамика частоты сердечных сокращений при выполнении удара накатом слева



Следует отметить, что достоверное снижение показателей ЧСС после окончания фазы вработывания во всех группах происходит только при выполнении наката слева. Такая особенность связана с биомеханической структурой движения, которое с улучшением точности попадания мяча в стол, требует меньшего во-

влечения в работу разных мышечных групп и превращает работу частичного характера в работу локального воздействия. При выполнении ударов накатом справа теннисистом вовлекается в работу такое количество мышечных групп, которое приводит к выполнению работы только частичного характера.

Рис. 2. Динамика частоты сердечных сокращений при выполнении удара накатом справа



Таким образом, выполнение технических приемов накатами справа и слева теннисистами групп НП и УТГ-1,2 требует проявления работы частичного характера и относится к нагрузке средней интенсивности. Продолжительность выполнения этих упражнений в тренировочном занятии, учитывая время вработывания, должно составлять более 7 мин.

Показатели, полученные в УТГ-4, характеризуют экономичность техники выполнения накатов справа и слева, указывают на стабильность двигательного навыка и соответствуют работе локального характера. Эти упражнения относятся к нагрузке низкой интенсивно-

сти, не несут в себе тренирующий эффект и на этом этапе подготовки могут применяться в качестве специализированной разминки, продолжительностью не более 5 мин.

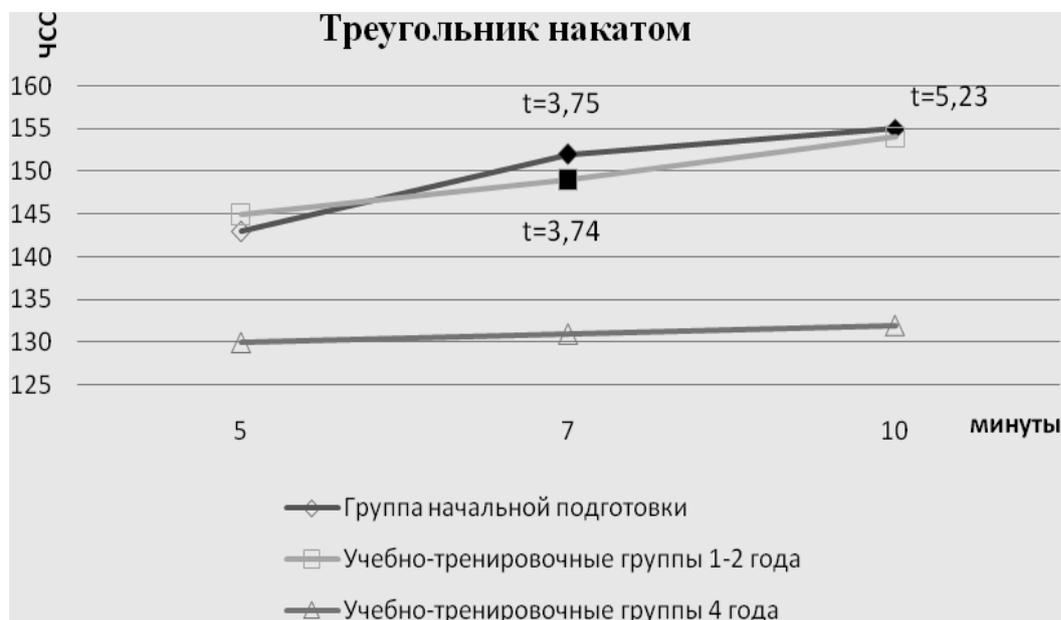
Анализ технико-тактических упражнений «треугольник» накатами из правой и левой половины стола (рис. 3) показал, что, как и в предыдущих упражнениях, с ростом мастерства теннисистов достоверно повышается оптимальная тренировочная интенсивность выполнения технических приемов накатами с 47 раз/мин в группах НП, до 58 – в УТГ1-2 и 63 – в УТГ-4.

Выполнение комбинации «треугольник» предпо-

лагают использование шаговых способов перемещений и выражается в более высоких показателях ЧСС в среднем на 20-25 ударов. Эти упражнения в отличие от упражнений по диагонали требуют проявления более высокой координационной подготовленности.

При недостаточно сложившемся двигательном навыке чередование ударов из левого и правого углов стола требует от теннисистов групп НП и УТГ1-2 повышенной сосредоточенности и напряженности, что вызывает повышение ЧСС до 155 уд/мин.

Рис. 3. Динамика частоты сердечных сокращений при выполнении треугольника накатами



Все эти составляющие приводят к тому, что величина ЧСС у игроков не стабилизируется, а продолжает расти. К 10 мин начинают проявляться признаки явного утомления, вследствие чего некоторые теннисисты отказываются от дальнейшего выполнения работы.

В УТГ-4 в ходе выполнения упражнения «треугольник» ЧСС поднимается выше (в среднем на 10 уд/мин) и достигает 130 уд/мин. Процесс вработывания в этом упражнении у них завершается к 5 мин.

Таким образом, при выполнении упражнения «треугольник» накатами теннисистами групп НП и УТГ-1,2 выполняется работа глобального характера, величина ЧСС указывает на нагрузку большой интенсивности. Поскольку после 7 минуты у игроков появляются нарушения в технике выполнения упражнений и жалобы на усталость игровой руки, то дальнейшее выполнение этой работы нецелесообразно.

Для спортсменов, тренирующихся в УТГ-4, упражнение «треугольник» накатами относится к работе частичного характера, несет в себе нагрузку средней интенсивности. Его можно использовать для совершенствования техники ударов накатами с целью повышения оптимальной тренировочной интенсивности.

Заключение.

В естественных условиях тренировки удары выполняются с такой частотой, которая позволяет производить розыгрыш мяча без потери в течение 5-10 с. Такая интенсивность составляет примерно 70-80% от максимальной и является оптимальной тренировочной интенсивностью.

При выполнении ударов без вращения мяча у теннисистов группы начальной подготовки оптимальная

тренировочная интенсивность в среднем составляет 46-47 ударов, учебно-тренировочных групп 1-2 года обучения - 56-57 и учебно-тренировочных групп 4 года обучения - 65-66.

Игра по диагонали ударами без вращения мяча теннисистами, занимающимися на этапах начальной подготовки и начальной спортивной специализации, требует проявления работы частичного характера и выполнения нагрузки средней интенсивности. Продолжительность этих упражнений в тренировочном занятии, учитывая время вработывания, должна составлять более 7 мин. Для теннисистов этапа углубленной тренировки игра накатами по диагонали не несет в себе тренирующего эффекта.

Применение ударов без вращения мяча в комбинации «треугольник» теннисистами, обучающимися на этапах начальной подготовки и начальной спортивной специализации, требует выполнения работы глобального характера. Величина ЧСС указывает на нагрузку большой интенсивности, которая на протяжении всего периода работы возрастает. Поскольку после 7 минуты у игроков появляются нарушения в технике выполнения упражнений и жалобы на усталость игровой руки, то дальнейшее выполнение этой работы нецелесообразно. Для спортсменов, занимающихся на этапе углубленной тренировки, упражнение «треугольник» накатами можно использовать для совершенствования техники ударов накатами с целью повышения оптимальной тренировочной интенсивности, поскольку оно относится к работе частичного характера и несет в себе нагрузку средней интенсивности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Александрова, А. В., Дмитренко, Л. А. Реакции организма спортсменов групп спортивного совершенствования на некоторые технико-тактические упражнения в настольном теннисе // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: материалы 2 Междунар. науч.-практ. заоч. конф. (Смоленск 2003 г). – Смоленск, 2003. – С. 11-15.
2. Барчукова, Г. В. Настольный теннис: Физическая подготовка игроков: Методическая разработка для студентов специализации ГЦОЛИФКа – М., 1989. – 22 с.
3. Барчукова, Г. В. Эргометрическая характеристика настольного тенниса: Метод. разработка для студентов специализации и слушателей ФПК ГЦОЛИФКа. – М., 1989. – 36 с.

4. Красавин, В. А. Оценка нервно-психического утомления у спортсменов при игре в настольный теннис // Всесоюз. научно-практ. конф. «Физиологические механизмы целенаправленной деятельности спортсмена»: тезисы докладов. – М., 1991. – С. 68-69.
5. Матыцин, О. В. Настольный теннис: неизвестное об известном // Книжное изд-во РИОРГАФК – М., 1993. – 87 с.
6. Фомичев, А. С., Барчукова, Г. В. Соревновательные и тренировочные нагрузки в настольном теннисе // Сборник научных трудов молодых ученых и студентов РГАФК. – М., 2000. – С. 53-57.

DYNAMICS OF HEART SYSTOLES IN TABLE TENNIS PLAYERS WHILE FULFILLING TECHNICO-TACTICAL ACTIONS WITHOUT A BALL TWISTING

Dmitrenko L., Candidate of Pedagogics, Associate Professor,
Yasinskaya A., Post-Graduate Student
Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.
Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

In modern table tennis a big volume of the time of training in the process of sporting preparation is allotted to technico-tactical actions. There are only some publications devoted to the problem of these exercises influence on functional organism systems and, in particular, the influence on the frequency of heart systoles (FHS).

The revealing of the size and dynamics in the process

of fulfilling technico-tactical actions in playing table tennis allows to form, though partially, the notion of the specialized load size. Tennis players usually fulfil it in the process of training.

Key words: table tennis, technico-tactical exercises, frequency of heart systoles, intensiveness.

К ВОПРОСУ О СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Доктор медицинских наук, старший преподаватель И. И. Худолей,
научный сотрудник НИИ проблем физической культуры и спорта А. А. Матишев,
студент Р. Р. Рамазанов,
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар,
заместитель главного врача Краснодарской краевой детской больницы М. М. Трубилина,
директор специализированной детско-юношеской школы олимпийского резерва № 1 А. И. Плотников
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

Нагрузки юных спортсменов в ДЮСШОР № 1 выходят за рамки оздоровления, сравнимы с нагрузками профессионалов и предъявляют повышенные требования к здоровью. Стандартное обследование не дает полной картины состояния кардиореспираторной, эндокринной и других систем. Это подтверждает углубленное скрининг-обследование группы спортсменов-подростков. Отсюда необходимость в разработке системы профилактики и реабилитации с использованием принципов эндэкологического воздействия на ранних этапах доклинических проявлений профессиональной патологии.

Ключевые слова: спортсмены, патология, эндэкология, исследование.



альной значимости содержит ряд серьезных противоречий. Физическая культура и любительский спорт способствуют укреплению и сохранению здоровья, гармоничному функциональному и нравственному совершенствованию человека, являются действенной альтернативой вредным привычкам. С другой стороны, спорт высших достижений с физическими и психоэмоциональными нагрузками провоцирует возникновение нарушений в состоянии здоровья. В то же время для спорта высших достижений, то есть для профессионального спорта, соответствующий уровень здоровья является основой надежности спортсмена.

Важно помнить, что подростковый период, в течение которого ребенок превращается в подростка и юношу, является одним из наи-

более напряженных в жизни человека: наступает половое созревание, продолжается развитие функций эндокринной системы, наблюдается усиленный рост и развитие органов и систем организма, повышается интенсивность обменных процессов, формируется и значительно перестраивается нейрогуморальная регуляция соматических и вегетативных функций. Поэтому чрезмерные физические и психические воздействия на организм подростка могут стать причиной нарушений регуляции вегетативных функций, изменяющих эффективность и экономичность деятельности всех систем организма (1).

Сохранение здоровья подростков в современных условиях продолжает оставаться одной из острых медико-социальных проблем. Всероссийская диспансеризация детского населения России, проведенная в 2002 году, подтвердила наличие сформировавшихся устойчивых негативных тенденций в динамике основных параметров здоровья детей - снижение доли здоровых детей с 45,3% до 33,8% с одновременным увеличением вдвое удельного веса детей, имеющих хроническую патологию и инвалидность. Ежегодный прирост заболеваемости у подростков практически наблюдается по всем классам болезней и составляет 5-7%. На высоком уровне, несмотря на снижение, остается распространенность наркомании, растет детский алкоголизм, низким остается уровень репродуктивного здоровья подростков. Состояние здоровья российских подростков существенно хуже, чем их сверстников в других странах. Так, считают себя здоровыми: в Швеции - 72%, во Франции - 55%, в Австрии - 45%, в Германии - 40%, в России лишь 28% 15-летних подростков.

Спорт на современном этапе при всей его соци-

Особого внимания проблема состояния здоровья требует в процессе подготовки спортивных резервов. Официально считается, что детско-юношеский спорт - это оздоровительный спорт, которым в настоящее время в России занимается в секциях 10-12% детей. Интенсивность занятий в них невелика: 1-2 раза в неделю по 1-2 часа, моторная плотность занятий 50-70%. В детско-юношеских спортивных школах и детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва

(ДЮСШ и ДЮСШОР) другая ситуация, что оговорено в соответствующих нормативно-правовых документах (2). Там дети проходят специальный отбор и целенаправленно готовятся для спорта высших достижений на протяжении многих лет с периодичностью от 3-4 раз в неделю до 2-3 раз ежедневно при длительности учебно-тренировочных занятий от 1 до 4-5 часов (3). Более 80% взрослых спортсменов-профессионалов – выпускники ДЮСШ и ДЮСШОР. При этом, если вначале оздоровительная направленность занятий преобладала, то в дальнейшем, для демонстрации высоких результатов, объем подготовки увеличивался вплоть до показателей взрослых. Такой детско-юношеский спорт должен рассматриваться как профессиональный с его влиянием на состояние здоровья им занимающихся.

Рекомендации института возрастной физиологии о времени начала специализированных занятий в конкретных видах спорта существуют. Общеизвестна также всевозрастающая интенсификация нагрузок с акцентом на раннюю специализацию и снижение возрастного ценза на всех этапах подготовки. Поскольку эти данные не нашли отражения в государственных нормативных документах, тренеры, как правило, по своему усмотрению начинают раннюю специализацию детей, не учитывая тот факт, что чем раньше начинается воздействие высоких тренировочных нагрузок, тем быстрее истощаются резервные возможности организма и без того сильно лимитированные в детском возрасте (4).

В развитие национальных правовых документов и международных стандартов в области охраны здоровья и прав детей в России в последние годы реформирована система оказания медицинской помощи детям от 0 до 18 лет в педиатрической сети. Это предусматривает ориентацию поликлиники на профилактическую работу, а отсюда на непрерывное медицинское наблюдение за подростками в педиатрической сети. Время принесло и другие аспекты проблемы. Как и в большинстве других сфер деятельности человека, здоровье в настоящее время выступает все чаще как экономический фактор. В годы социально-экономических реформ в стране и перехода к системе рыночных отношений здоровье приобретает особую экономическую ценность. Если раньше контроль за состоянием здоровья спортсменов осуществляли врачебно-физкультурные диспансеры, комплексные научные группы, врачи при командах, специальные диагностические и восстановительные центры, то есть государственные структуры, то в настоящее время эти функции возложены на самого спортсмена или на его родителей, если речь идет о подростке. То есть, уровень его здоровья будет зависеть от интенсивности родительского внимания, заботы, общекультурного развития, так как по штатному расписанию ДЮСШ и ДЮСШОР не предусмотрено ни одного медицинского работника, даже со средним специальным образованием. Безусловно, остался диспансерный и врачебно-педагогический контроль, однако изменившиеся финансовые акценты делают его недостаточным.

В новых экономических условиях уклада жизни и труда здоровье становится субъективной самооценкой для спортсмена, от которого зависит не только его карьера, но и материальное благополучие. Юный спортсмен по понятным причинам не всегда в состоянии объективно оценить риски и доклинические признаки заболевания, серьезность ситуации не всегда осознается и родителями, а возможность материального успеха, благодаря СМИ, на слуху у тех и других.

Заболевания, травмы и доклинические проявления патологии, по Н. Д. Граевской (1975), условно делятся на три группы:

- не имеющие причинной связи со спецификой спортивной деятельности;
- нарушения, непосредственно связанные с занятием спортом;
- заболевания и травмы, в возникновении которых спорт мог сыграть роль провоцирующего фактора, что не всегда можно установить.

Организм подростка, как саморегулирующаяся система, может самостоятельно противостоять патогенным факторам и восстанавливать нарушенные функции в результате чрезмерных нагрузок. Все зависит от качественной и количественной составляющей их воздействия. Когда они превышают резервные возможности организма, наступает предболезнь или болезнь. Потенцировать резервы можно за счет профилактики и реабилитации.

Целью исследования явилось изучение состояния кардиореспираторной системы спортсменов подросткового возраста в статике и с нагрузкой, некоторые данные об эндокринной системе для выработки программы профилактических и восстановительных мер.

Исследование проводилось в ДЮСШОР № 1 города Краснодара. На предмет состояния кардиореспираторной системы в покое и при физической нагрузке обследовано 14 подростков в возрасте от 9 до 16 лет. Половина из них, более старшего возраста (14-15 лет и один – 16), занимаются акробатикой. Остальные 7 человек в возрасте 9-11 лет - прыжками на АКД. Еще 22 спортсменам из этой же ДЮСШОР того же возраста проведено УЗИ щитовидной железы.

Обследование осуществлялось в условиях Краснодарского краевого консультативно-диагностического центра для детей, функционального подразделения Краснодарской краевой клинической детской больницы. В этом центре все виды специализированной медицинской помощи оказываются четверти миллиона детей в год из самого большого по численности детского населения края страны и близлежащих территорий ЮФО.

Методика:

- анкетирование на предмет самооценки качества жизни;
- ЭКГ в 12 отведениях;
- эхокардиография;
- велоэргометрия с компьютерной обработкой результата (диагностическая система «Валента»);

- спирография с компьютерной обработкой результата (диагностическая система «Валента», 15 параметров внешнего дыхания; система Spiro (Англия) 44 параметра внешнего дыхания);

- УЗИ щитовидной железы.

Психологическое тестирование подростков на предмет выявления острой заболеваемости и хронических болезней, наличия осложнений, обострений, длительности лечения и в результате - самооценки своего состояния следует признать неинформативным. Это может быть результатом необоснованного завышения самооценки своего здоровья детьми 9-11 лет, а именно таких детей было 8 из 14. Углубленное медицинское обследование они связывали с опасностью каких-либо ограничений в занятии их любимым спортом, и потому пытались представить свое здоровье в наиболее благоприятном свете. Второй причиной неуспеха является, вероятно, примитивный характер опросного листа. С нашей точки зрения, тестирование следует повторить, поставив другие задачи и изменив инструментарий.

Ультразвуковое исследование сердца обнаружило изменения у 8 подростков из 14. Только у одного из них, 16-летнего акробата, можно расценивать найденные изменения как патологию. Это недостаточность аортального клапана с уплотнением трех створок и регургитацией на аортальном клапане.

Митральная и трикуспитальная регургитация зарегистрирована у четверых, сброс из овального окна – у одного 15-летнего акробата. Независимо от того как относиться к регургитации митрального клапана (РМК), как к патологии или как к норме, что последние годы известно из литературы, нельзя не обратить внимание на тот факт, что все дети с «находками» на эхокардиографии старше своих коллег – батутистов на 4-5 лет, и эти годы они интенсивно занимались акробатикой. Едва ли этот факт можно считать случайностью. Выборка спортсменов подросткового возраста осуществлялась случайно, а в литературе при анализе многотысячных данных сообщается о частоте от 1% до 2,3% находок такой патологии у детей (5, 6). На нашем материале из 14 человек РМК отмечена у 4-х.

Параллельно с мнением о РМК как о варианте нормы (7), массово возникшей и горячо обсуждаемой в качестве издержки широкого применения неинвазивной доступной диагностической методики (эхокардиографии), признается, что утолщение створок клапана может вызывать осложнения при таком варианте. Это зафиксировано у 14-летней акробатки. Еще у двух акробатов, 14- и 16-летнего возраста, пролапс превысил допустимые пределы (5 мм) и сочетался с дополнительной хордой левого желудочка (5, 8).

Таким образом, кардиопатология найдена у одного, ближе к патологии, чем к норме ситуация у второго, пограничная форма отмечается еще у двоих, а в сумме это составляет 4 случая из 14, то есть около четверти обследованных юных спортсменов.

В последние годы в педиатрической науке подобные ситуации принято относить к проявлению наследствен-

но обусловленной неполноценности или дисплазии соединительной ткани (ДСТ) у детей. Хотя точное происхождение этого явления не известно, есть гипотеза об изменении соединительной ткани в постнатальном онтогенезе с ее «созреванием», постепенным уплотнением межклеточного вещества, обусловленного нарастанием массы межклеточных коллагеновых волокон, что приводит к повышению ее механической прочности. Но параллельно с этим из-за редукции пронизывающих межклеточное вещество тканевых щелей снижается ее проницаемость для транспортных веществ, что затрудняет выполнение трофической функции (9). Можно представить себе масштабы такой перестройки, если учесть, что коллаген составляет более 30% общей массы белков тела, из которых 40% находится в коже, 50% в тканях скелета, 10% в стромах внутренних органов.

Пролапс митрального клапана (ПМК) – это состояние, при котором одна или обе его створки во время систолы прогибаются (пролабируют) в полость левого предсердия. Частота ПМК в различных популяциях составляет от 1,5 до 38%. Установлено, что другие проявления ДСТ коррелируют с ПМК. Так, гипермобильность суставов встречается при ПМК в 2 раза чаще, чем при отсутствии клапанной патологии. Повышенная подвижность суставов отмечается в 52% случаев (10). Установлена связь ПМК и плоскостопия. Слабость связочного аппарата стопы приводит к возникновению плоскостопия (11).

Современные данные о структуре и функции соединительной ткани объясняют системность клинических проявлений при ее врожденных дисплазиях. В зависимости от характера биохимического и генетического дефекта морфофункциональные признаки приобретают черты той или иной нозологической формы или аномалии (12).

Данные спирографии, проведенные по двум методикам, обнаружили более благоприятную картину. Из 14 обследованных юных спортсменов функции внешнего дыхания у десяти оказались абсолютно нормальными. Однако следует отметить, что обследование по системе «Валента» (15 параметров внешнего дыхания) дает более укороченный вариант данных, поэтому возможны небольшие, не выявленные при обследовании, отклонения. У двух 14-летних акробатов, мальчика и девочки, при обследовании этим способом обнаружены показатели нижней границы нормы и изменения типа небольшой рестрикции и обструкции соответственно.

У двоих 11-летних прыгунов на АКД при тщательном обследовании (40 параметров) обнаружены изменения; у одного – выраженное снижение жизненной емкости легких до 79% и обструкция (не исключена и рестрикция) трахео-бронхальной системы. У второго отмечалась легкая рестрикция, происходившая, возможно, от гиперреактивности бронхов в результате аллергической реакции или других причин, а также возможен вариант нормы.

Велоэргометрическое обследование группы с ком-

пьютерной обработкой результатов дало интересные результаты. Использована электрокардиографическая нагрузочная проба, система «Валента». Определялся индекс массы тела с допустимыми значениями для данного возраста, роста и пола, исходные показатели артериального давления, субмаксимальная частота сердечных сокращений. Выполнялись 5 ступеней нагрузки в режиме педалирования 60 оборотов в минуту, 2 минуты каждая ступень. Продолжительность пробы составляла 10-13 минут. На высоте нагрузки регистрировалась ЧСС и АД. Эти же параметры измерялись в исходном состоянии. Комментировалась ЧСС в исходном состоянии как реакция на физическую нагрузку и в восстановительном периоде. Часто отмечалась исходная синусовая тахикардия как эмоциональная реакция. В одном случае тахикардальная реакция на физическую нагрузку была причиной преждевременного прекращения исследования. Иногда подростки отмечали общую усталость или усталость ног. Комментировалось восстановление ЧСС как замедленное или адекватное,

восстановление артериального давления, систолического и диастолического раздельно.

По получении этих данных, делалось заключение о толерантности к физической нагрузке: в трех случаях она была высокой, в четырех - выше средней, в шести - средней и в одном - низкой. У этого же подростка во время физической нагрузки выявилось нарушение внутрижелудочковой проводимости, чего не было установлено на ЭКГ в покое.

Кроме того, на велоэргометрии определялись физическая работоспособность, уровень потребления кислорода и сохранение коронарного резерва в процентах.

Проведено сравнение зубца S-T в исходном состоянии, на высоте нагрузки и в восстановительном периоде.

Эти данные представлены в графиках на рисунках 1, 2 и 3.

Подросток – акробат Д-ц Вартан, 11 лет, рост 143 см, масса 30 кг.

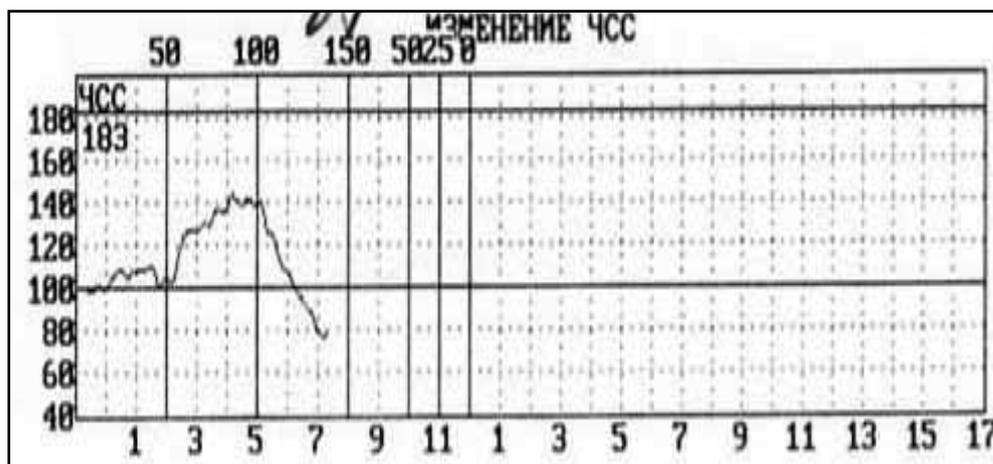


Рис. 1. Изменение ЧСС во время велоэргометрии

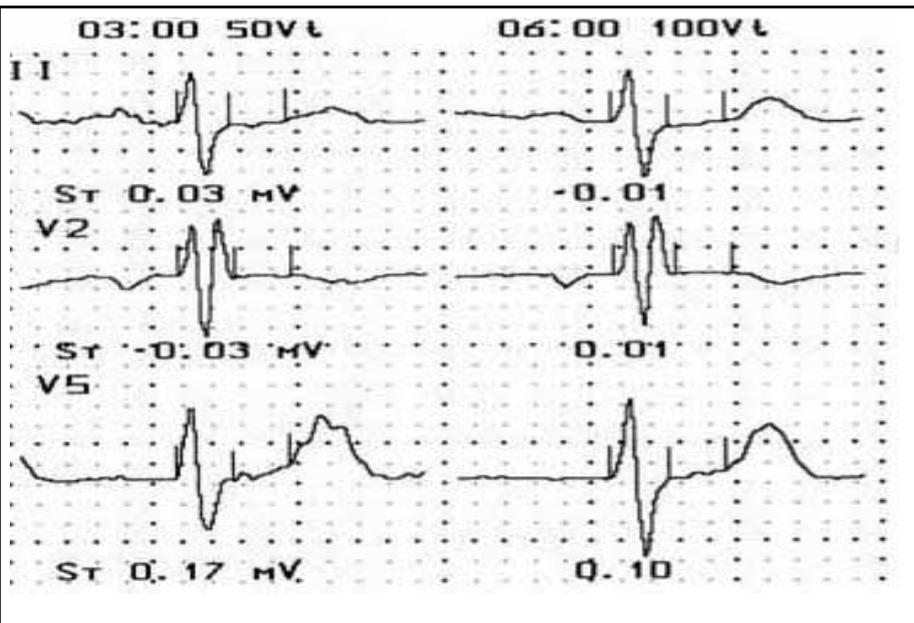


Рис. 2. Изменение АД во время велоэргометрии

Врачебное заключение:

Отрицательная проба.
Толерантность к физической нагрузке 100 Вт (средняя).
Расчетная субмаксимальная ЧСС 183 уд/мин.
Достигнута ЧСС 144 (77%) уд/мин на 6 минуте при нагрузке 100 Вт.
Максимальное АД 120/80 мм рт. ст. на 6 минуте при нагрузке 100 Вт.
Нормотонический тип гемодинамики.
Динамика S-T не выявлена.
В восстановительном периоде АД 85/60 мм рт. ст.; ЧСС 62 уд/мин.

Рис. 3. Сравнение сегмента S-T до начала исследования, на высоте физической нагрузки и после восстановления



Кубань, и особенно ее горные и предгорные территории, всегда была местностью, эндемичной по зубу. Однако в большей степени это касалось взрослого населения. У детей зуб, особенно подлежащий хирургическому лечению, встречался крайне редко. Так, за семнадцать лет с 1970 по 1987 годы при миллионном детском населении края оперировано всего 7 человек. Последние двадцать с лишним лет обстановка резко изменилась: аутоиммунный тиреодит (АИТ) с подозрением на злокачественное перерождение стал причиной более десятка операций в год, а в двух-четырех случаях речь шла о дооперационно диагностированной злокачественной опухоли. И это при том же миллионном детском населении края.

Ситуация с АИТ у детей в крае находится в поле зрения авторов уже на протяжении десяти лет (13). По этой причине, для получения полной картины здоровья наблюдаемого контингента юных спортсменов мы провели УЗИ щитовидной железы.

Ультразвуковое исследование щитовидной железы проведено у 22-х спортсменов в возрасте 9-16 лет аппаратом Sonoace 1500 с линейным датчиком 7,0 МГц. У 17 из них на момент исследования УЗ-патологии не выявлено. У четверых обнаружены диффузные изменения паренхимы железы, а при опросе выявлены начальные клинические проявления. Заподозрен АИТ. У одного спортсмена в толще железы обнаружен узел, что свидетельствует об определенной нозологии.

Суммируя результаты углубленного медицинского обследования юных спортсменов, можно утверждать, что они нуждаются в укреплении здоровья, что достижимо средствами профилактики и реабилитации. Такая методика уже разработана и успешно применяется для спортсменов (2). В основе ее лежит новое направление медицины – эндоэкология. Короче и точнее о его сути, чем академик РАМН В. П. Казначеев (14), не скажешь: «Произошло и нарастает небывалое в истории челове-

чества загрязнение внутренней среды организма. Мы непростительно опоздали с защитой окружающей среды и, для многих непоправимо, опаздываем с защитой самих себя. Наряду с социальными и экономическими сложностями решения этой задачи, до недавнего времени сохранялась медико-биологическая сложность: она заключалась в том, что токсичные вещества накапливаются в труднодоступном для воздействия внесосудистом, окружающем клетки экологическом секторе. Медицина не владела адекватными методами его санации. Требовалось новое медико-биологическое решение. Такое решение найдено: это управление внесосудистым гуморальным транспортом и функциями лимфатической системы. На этой базе создана система эндоэкологической реабилитации и лечения на клеточно-организменном уровне (ЭРЛ), позволяющая атравматично санировать микросреду обитания клеток». ЭРЛ – комплексная система восстановления эндоэкологического равновесия, включающая базистый препарат КАТРЕЛ, уже использованный нами успешно при АИТ» (13).

Все расширяющееся влияние эндоэкологической медицины, нашедшей признание не только в нашей стране, но и за рубежом, находит поддержку в кругах специалистов и у прогрессивно мыслящих государственных и общественных деятелей – Святейшего Патриарха Алексия II, председателя Счетной палаты РФ С. В. Степашина, вице-президента РАН Р. В. Петрова, Э. А. Панфиловой и др.

Так, с точки зрения председателя Счетной палаты РФ, «синдром нарушенной эндоэкологии стал ключевой причиной падения не только общего уровня здоровья, но и изменения структуры заболеваний, патологии беременности, старения, и этот феномен неуклонно нарастает. Это нарастание, по мнению авторитетных специалистов, будет продолжаться, потому что компенсировать сегодня фармакологией, иммунологией,

гигиеническими стандартами этот процесс невозможен. Игнорирование данных факторов может сделать неэффективной систему здравоохранения при любых финансовых вливаниях» (17).

Второе поколение базовых препаратов эндэкологической направленности начато с Левинасана-1, в основе которого использовано лекарственное растение расторопша пятнистая. Кроме давно используемого гепатопротекторного действия входящих в его состав флавоноидов, в последние годы стало известно их антиоксидантное действие, способность инактивировать свободные радикалы и активные формы кислорода в клетке (15, 16). Разработка на основе Левинасана – 1 программы оздоровления юных спортсменов входит в план исследования.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Шахлина, Л. Я.-Г., Гуркин, Ю. А. Физическая работоспособность подростков и определяющие ее факторы. Занятия спортом. Здоровье подростков: руководство / под ред. О. В. Шараповой. - СПб., 2007. - С 196-217.
2. Орловская, Ю. В. Профилактически-реабилитационные технологии в системе подготовки юных спортсменов. - М., 2000. - 200 с.
3. Система планирования и комплексного контроля в специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва по баскетболу: уч. пособие для студентов ин-тов физ. культ. - М., 1982. - 95 с.
4. Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ: Гос. Комитет РФ по физкульт. и туризму. - М., 1995. - 65 с.
5. Шарыкин, А. С. Пропалс митрального клапана – новый взгляд на старую патологию // Рос. вестник перинатологии и педиатрии. - 2008. - № 6. - С. 11-19.
6. Warth, D. C., King, M. F., Cohen, J. M. et al. Prevalence mitral valve prolapsed in normal children. J. Am. Coll. Cardiol. 1985,5:1173-1177.
7. Бочкова, Д. Н., Разина, Т. Ю., Соболев, Ю. С., Десятниченко, В. М. Распространенность пролапса митрального клапана среди населения Москвы // Кардиология. - 1983. - № 8. - С. 40-43.
8. Тамбовцева, В. И. Малые аномалии сердца у детей и подростков: современное состояние проблемы // Рос. педиатрический журнал. - 2009. - № 3. - С. 15-17.
9. Лазарев, В. А. Структурные особенности межклеточного вещества рыхлой соединительной ткани в постнатальном онтогенезе // Бюллетень Сибирского отделения РАМН. - 1997. - № 2. - С. 100-102
10. Boudoulas, H., Kolibach, A., Baker, P. et al. / Mitral valve prolaps and the mitral valve prolaps syndrome: f diagnostic clasification and patogenesis of symptoms/ Amer. Heart.J. - 1989. - Yol. 118. - 4: 796-818 P.
11. Абакумова, Л. Н. Клинические формы дисплазии соединительной ткани у детей / С.-Петерб. госуд. педиатрич. мед. акад. - СПб., 2006. - 36 с.
12. Трисветова, Е. Л., Бова, А. А., Фещенко, С. П. Врожденные дисплазии соединительной ткани: клиническая и молекулярная диагностика // Медицинские новости. - 2000. - № 5. - С. 23-29.
13. Худoley, И. И., Яковчук, Е. Е., Косникова, И. В., Матишев, А. А. Катрэл в комплексной терапии аутоиммунного тиреоидита (АИТ) и лимфоаденопатии (ЛАП) у детей // Материалы 11 Междунар. конгр. «Эндэкологическая медицина». - Россия – Греция, Лимассол, 2002. - С. 12.
14. Казначеев, В. П. Прорыв в эндэкологическую медицину // Медицинский вестник. - 2007. - № 11 (396).
15. Левин, Ю. М., Торопова, С. Г., Кукушкин, Г. В. Детоксикация внесосудистого тканевого пространства препаратами растительного происхождения / Тезисы докладов IV Рос. национальн. конгресса «Человек и лекарство». - М., 1997. - С. 72.
16. Луценко, С. В., Фельдман, Н. Б., Луценко, Е. В., Быков, В. А. Растительные флаволигнаны. Биологическая активность и терапевтический потенциал. - М., - 2006. - 136 с.
17. Степашин, С. В. Суверенная демография // Российская газета».

CONCERNING YOUNG ATHLETES' HEALTH CONDITION

Khudolei I., Doctor of Medicine, Senior Teacher,
 Matichev A., Scientific Co-Worker of the SRI of Physical Education and Sport Problems,
 Ramazanov R., Student
 Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.
 Trubilina M., Deputy Head Physical of Krasnodar regional Children Hospital.
 Plotnikov A., Director of the Specialized Children-Youths School of the Olympic reserve.
 Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

Loads of young athletes at the №1 ChySSOR go beyond the frames of rendering more healthy are compared with the loads of skilled specialists. They require increased demands for health. Standard examination does not give a full picture of the condition of cardio-respiratory, endocrine and other systems. An intensified screening

examination of the athletes-teenagers' group proves the fact. Therefore there is the necessity of working out the system of prophylaxis and rehabilitation together with using endoecological influence principles at earlier stages of prehospital signs of some professional pathology.

Key words: athletes, pathology, endoecology, research.

СКОРОСТНЫЕ И ЭКСТРАПОЛЯЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ АКРОБАТОВ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Преподаватель В. А. Друшевская

Кубанский государственный медицинский университет, г. Краснодар

Контактная информация для переписки: 350063, г. Краснодар, ул. Седина, 4

Представлены результаты экспериментального исследования объективных показателей, характеризующих особенности сенсомоторных реакций на свет и звук, способность к экстраполяции у акробатов разной спортивной квалификации.

Ключевые слова: время реакции на свет (ВРС), звук (ВРЗ), реакция на движущийся объект (РДО), время реакции выбора (ВРВ), экстраполяция, акробаты.

Актуальность. В современном спорте в подготовке спортсменов большое значение имеет умение управлять собой и формировать устойчивое функциональное состояние. Оптимальное функциональное состояние центральных регуляторных механизмов является необходимым условием продуктивной деятельности в экстремальных ситуациях, к которым относится и спорт [6, 7]. Чем точнее, целесообразнее спортсмен распределяет свои движения во времени и пространстве, тем лучше он выполняет специализированную деятельность [5]. Скорость выполнения действий, оцениваемая временем, затраченным на изменение положения тела или его звеньев в пространстве, – один из основных показателей мастерства спортсмена [1]. Реакция на движущийся объект является одной из наиболее сложных во всей цепи пространственно-временных характеристик мозга [4]. Она заключается в реакции слежения, которая во многом определяется экстраполяционными возможностями человека, то есть способностью к предвосхищению событий, принятию оптимального решения в минимально короткий временной отрезок. Все это позволяет расценивать данные характеристики мозга как одни из самых важных в спорте.

Для выполнения сложных элементов в спортивной акробатике спортсмен должен обладать рядом качеств и, в первую очередь, отличной силовой подготовкой, быстротой реакции, умением точно балансировать и согласовывать свои действия с действиями партнера.

Особенности восприятия времени и пространства – один из ведущих факторов, лимитирующих уровень спортивного результата. Их исследование и совершенствование у спортсменов в различных видах спорта является путем повышения их результативности и



спортивного совершенствования спортсменов [2].

Цель исследования заключалась в определении времени простого и сложного реагирования на свет и звук, способности к экстраполяции по реакции на движущийся объект (РДО) у акробатов разной квалификации.

Контингент, методы и организация исследования. Исследовали мужские акробатические пары. Исследуемые были распределены на две экспериментальные и контрольную группы. В первую экспериментальную группу вошли высококвалифицированные спортсмены (МС и МСМК), во вторую акробаты 1 разряда и КМС. Контрольный контингент (3 группа) составили юноши идентичного возраста (17-21 год), не занимающиеся спортом. Выборка во всех группах была одинаковой (по 22 человека).

Учитывая факт возможности отличия физиологических параметров, акробаты были разделены на «верхних», которые выполняли динамические функции, и «нижних», обеспечивающих условия статической необходимости при выполнении элементов предыдущими.

Исследование включало изучение времени простой сенсомоторной реакции на свет (ВРС) и звук (ВРЗ), РДО, времени реакции выбора (ВРВ) с помощью компьютерной программы «Исследователь временных и пространственных свойств человека» [3].

Во всех случаях подсчитывали среднее значение параметров, использовали t-критерий Стьюдента и Вилкоксона-Манна-Уитни.

Результаты исследования и их обсуждение. При определении средних значений ВРС самое короткое время реагирования на световой стимул показывали акробаты высокой квалификации (213 мс), отличаясь от юношей, не занимающихся спортом, на 23 мс ($P < 0,05$) и не имели достоверной разницы по данному показателю со спортсменами среднего уровня подготовленности (224 мс, $P > 0,05$) (табл. 1). Между «верхними» и «нижними» акробатами разница во ВРС не обнаружена (206, 218 и 221, 230 мс соответственно).

Реакция на звук у исследуемых по абсолютным значениям была быстрее, но достоверные отличия между спортивными группами отсутствовали. Так, у акробатов высокой квалификации ВРЗ составляло 198 мс (у «верхних» – 190, у «нижних» – 208 мс, $P > 0,05$).

Таблица 1

Время реакции на свет и звук у акробатов высокой и средней квалификации (в мс) ($M \pm m$)

| Показатели | К в а л и ф и к а ц и я | | | | | |
|----------------|-------------------------|-------------|-------|-----------------------|-------|-------|
| | высокая (1) | средняя (2) | P 1-2 | не заним. спортом (3) | P 1-3 | P 2-3 |
| ВРС Мср | 213±12 | 224±14 | >0,05 | 236±11 | <0,05 | >0,05 |
| Верхние (в) | 206±13 | 218±14 | >0,05 | - | - | - |
| Нижние (н) | 221±15 | 230±13 | >0,05 | - | - | - |
| P в-н | >0,05 | >0,05 | - | - | - | - |
| ВРЗ Мср | 198±12 | 209±11 | >0,05 | 226±12 | <0,05 | <0,05 |
| Верхние (в) | 190±14 | 201±13 | >0,05 | - | - | - |
| Нижние (н) | 208±11 | 214±16 | >0,05 | - | - | - |
| P в-н | >0,05 | >0,05 | - | - | - | - |

У акробатов средней квалификации достоверные отличия по сравнению с более подготовленными сверстниками отсутствовали, общее ВРЗ было на 11 мс длиннее ($P > 0,05$). Не обнаружена разница в показателе между акробатами, работающими «внизу» (214 мс) и «наверху» (201 мс, $P > 0,05$).

Юноши, не занимающиеся спортом, отличались по

параметру от высокотренированных спортсменов, показав значения ВРЗ 226 мс ($P < 0,05$).

Согласно данным исследований РДО, более точную реакцию показывали акробаты высокой квалификации в сравнении с коллегами среднего уровня подготовленности (146 мс, $P < 0,05$) и не занимающимися спортом сверстниками (249 мс, $P < 0,001$) (табл. 2).

Таблица 2

Ошибка при реакции на движущийся объект и сложное время реагирования у акробатов высокой и средней квалификации (в мс) ($M \pm m$)

| Показатели | К в а л и ф и к а ц и я | | | | | |
|----------------|-------------------------|-------------|-------|-----------------------|--------|-------|
| | высокая (1) | средняя (2) | P 1-2 | не заним. спортом (3) | P 1-3 | P 2-3 |
| РДО Мср | 125±12 | 146±13 | >0,05 | 249±22 | <0,001 | >0,01 |
| Верхние (в) | 138±11 | 150±13 | >0,05 | - | - | - |
| Нижние (н) | 114±13 | 131±15 | >0,05 | - | - | - |
| P в-н | >0,05 | <0,05 | - | - | - | - |
| ВРВ Мср | 367±19 | 415±23 | >0,05 | 406±21 | <0,01 | <0,05 |
| Верхние (в) | 346±21 | 411±22 | >0,01 | - | - | - |
| Нижние (н) | 382±20 | 429±24 | >0,05 | - | - | - |
| P в-н | >0,05 | >0,05 | - | - | - | - |

В группе акробатов высокой квалификации имела место достоверная разница между «верхними» и «нижними» спортсменами в пользу вторых (138 и 114 мс, $P < 0,05$). У представителей среднего уровня подготовки отмечалась тенденция подобного плана ($P > 0,05$).

Время реакции выбора имеет непосредственное отношение к взаимоотношению между процессами возбуждения и торможения и, как следствие, к степени развития экстраполяци.

В отличие от времени простой сенсомоторной реакции на единичный световой стимул, при выборе объекта реагирования для принятия решения уходило в 1,5–1,8 раза больше. То есть, для ЦНС выбор является задачей более сложной, особенно в условиях лимита времени.

Акробаты высокой квалификации значительно точнее справлялись с заданием в сравнении с нетренированными сверстниками и коллегами по спорту, уровень

подготовленности которых ниже. Результаты правильного и быстрого выбора составляли: МСМК, МС - 367 мс, КМС, 1 разряд - 415 мс ($P < 0,05$), нетренированные юноши - 406 мс ($P < 0,01$ с первой и $P > 0,05$ со второй группами).

Что касается «нижних» и «верхних», и те и другие проигрывали в скорости выбора более квалифицированным акробатам: первые – 47 мс ($P < 0,01$), вторые – 65 мс ($P < 0,05$).

В первой группе «верхние» акробаты имели более короткое ВРВ - 346 мс, «нижние» - 382 мс ($P < 0,05$), во второй – отличие времени сложной реакции в акробатических парах отсутствовало (411 и 429 мс, $P > 0,05$).

Таким образом, простая реакция на свет и звук положительно отличалась только у высокотренированных спортсменов по отношению к лицам с низкой двигательной активностью и не превосходила таковую у менее подготовленных сверстников.

Не обнаружено достоверной разницы во времени реагирования на световые и звуковые раздражители между «верхними» и «нижними» акробатами разной квалификации. По-видимому, занятия акробатикой «вверху» или «внизу» не оказывают значительных сдвигов в механизмах, обеспечивающих скорость реакции на простой одиночный раздражитель. С повышением квалификации в этом виде спорта возрастает способность к предвидению событий (экстраполяции), особенно у тех спортсменов, которые выполняют функциональные удержания, то есть их мышцы чаще находятся в статическом (изометрическом) режиме. Возможно, это связано с тем, что от их экстраполяции зависит устойчивость общей конструкции.

Время сенсомоторной реакции на световой стимул было ниже у юношей, не занимающихся спортом, по сравнению с мужскими акробатическими парами. Достоверные отличия во ВРС между акробатами разного уровня подготовки отсутствуют.

ВЫВОДЫ

1. Занятия акробатикой способствуют развитию физиологических механизмов, обеспечивающих в организме пространственно-временные характеристики восприятия окружающего мира.

2. С повышением спортивной квалификации у акробатов возрастает возможность проявления сложных сенсомоторных реакций, обеспечивающих спортсмену более адекватные адаптационные процессы к физическим нагрузкам.

3. Занятия акробатикой способствуют развитию механизмов, обеспечивающих сенсомоторные реакции на свет только на стадии высшего спортивного мастерства.

4. Быстрота и объективность принимаемого решения спортсменами в максимально короткий временной интервал свидетельствуют о хорошей способности к тренировке простой и сложной скорости реагирования.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Верхошанский, Ю. В. Организация сложных двигательных действий спортсменов / Ю. В. Верхошанский // Наука в олимпийском спорте. – 1988. - № 3. – С. 8-22.
2. Корягина, Ю. В. Исследование хронобиологических особенностей восприятия времени и пространства у спортсменов / Ю. В. Корягина // Теория и практика физической культуры. - № 11. – 2003. – С. 14-15.
3. Корягина, Ю. В. Использование информационных технологий для исследования временных и пространственных свойств человека / Ю. В. Корягина, С. В. Нолин // Успехи современного естествознания. – М.: Академия Естествознания. - № 4. - 2004. – С. 40.
4. Корягина, Ю. В. Развитие специфических видов сенсомоторных реакций в тренировочном процессе бадминтонистов // Омский научный вестник. Серия: Общество. История. Современность. – 2008. - № 1. – С. 142–144.
5. Озеров, В. П. Психомоторные способности человека / В. П. Озеров. – Дубна: Феникс+, 2002. – 320 с.
6. Стаценко, Е. А. Психофизиологические критерии перетренированности у спортсменов // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечеб. физ. культуры. – 2010. - № 2. - С. 50-54.
7. Чарыкова, И. А. Анализ особенностей сенсомоторного реагирования в условиях адаптации к физической активности разной направленности / И. А. Чарыкова, Е. А. Стаценко, Н. А. Парамонова // Медицинский журнал. Научно-практический рецензируемый журнал/ учредитель: Белорусский государственный медицинский университет. – 2009. - № 4. – С. 119–121.

HIGH-SPEED AND EXTRAPOLATION ABILITIES IN ACROBATS OF DIFFERENT QUALIFICATION

Drushevskaya V., Teacher

Kuban State Medical University, Krasnodar

Contact information for correspondence: 350063, Krasnodar, Sedina str., 4

The results of an experimental research are presented in the paper. The research deals with objective indices characterizing peculiarities of sensomotor light and sound reaction, abilities for extrapolation in acrobats of different sports qualification.

Key words: light reaction time(TLR), sound reaction time(TSR), extrapolation, acrobats.

СТРУКТУРА И ИНДИВИДУАЛЬНО ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ЗАЩИТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ (ИССЛЕДОВАНИЕ ВЫПОЛНЕНО ПО ПРОЕКТУ № 10-06-38656 А/Ю, ПОДДЕРЖАННОМУ ГРАНТОМ РФФИ)

Доктор психологических наук, профессор Г. Б. Горская,
преподаватель Ю. М. Босенко

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161

Психологическая защита играет важную роль в осуществлении саморегуляции и самоорганизации индивида, что особенно актуально и важно для спортсменов высокой квалификации. Несмотря на возросший интерес к проблемам эмоционального развития и защитных проявлений в спортивной деятельности, в психологии данные вопросы изучены недостаточно как на теоретическом, так и на эмпирическом уровне. В связи с чем задачей нашего исследования являлось изучение и анализ комплекса механизмов психологической защиты высококвалифицированных тхэквондистов и установление взаимосвязей с типологическими свойствами нервной системы тхэквондистов.

Ключевые слова: типологические свойства нервной системы, механизмы психологической защиты, конструктивное преодоление неудач, тхэквондисты.

Влияние психологических факторов на результаты выступлений спортсменов в соревнованиях, на эффективность их работы на тренировках не вызывает сомнений. Более того, чем выше уровень мастерства спортсменов, чем сложнее соревнования, в которых они участвуют, тем больше вклад психологических факторов в достигаемые ими результаты. Для снижения эмоционального накала различного происхождения в психике активизируются и функционируют так называемые механизмы психологической защиты.

Индивидуальная психологическая защита является субъективным механизмом формирования и реализации состояния готовности спортсмена к достижению успеха в соревновательных действиях. Необходимость изучения особенностей индивидуальной психологической защиты спортсменов обусловлена требованиями совершенствования современной теории и методики



спортивной тренировки, акцентирующей внимание специалистов на задачах и методах индивидуализированной подготовки квалифицированных спортсменов к ответственным соревнованиям, что и обуславливает актуальность её исследования.

Понимание того, что психологическая защита при определенных условиях может выступать для спортсмена либо как полезное, либо как негативное, блокирующее развитие психики явление, позволяет поставить новые проблемы в теории и методике спортивной тренировки и психологической подготовке спортсменов к ответственным соревнованиям. Если в одних случаях психологическая защита выполняет позитивную, охраняющую, адаптивную функцию, то в других - тормозящую развитие личности спортсмена.

ности спортсмена.

В задачи исследования входило изучение активности защитного поведения в связи с устойчивостью к психическим перегрузкам и имеющимся адаптационным ресурсам, поэтому мы провели сопоставление с типологическими свойствами нервной системы.

В исследовании приняли участие спортсмены сборных команд России по тхэквондо ВТФ (мужская сборная - 34 спортсмена, женская сборная - 33 спортсменки) в возрасте от 18 до 32 лет.

Для оценки степени использования механизмов психологической защиты мы применяли опросник Плутчика-Келлермана-Конте [1] и методику изучения типологических свойств нервной системы (Я. Стреляу).

По результатам диагностики типологии психологических защит, на основе процентных показателей, полученных в результате тестирования, для каждого спортсмена составляется индивидуальный профиль эго-защит.

Частота встречаемости высоких, средних и низких значений в профилях защитного поведения спортсменов высокой квалификации

| Виды психологических защит | Частота встречаемости значений (в %) | Тхэквондо | |
|----------------------------|--------------------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| | | юноши (сборная России) | девушки (сборная России) |
| отрицание | высокие | 73,53 | 69,70 |
| | средние | 26,47 | 27,27 |
| | низкие | 0 | 3,03 |
| вытеснение | высокие | 58,72 | 45,46 |
| | средние | 35,29 | 42,42 |
| | низкие | 5,99 | 12,12 |
| регрессия | высокие | 55,88 | 75,76 |
| | средние | 41,18 | 24,24 |
| | низкие | 2,94 | 0 |
| компенсация | высокие | 50,00 | 66,67 |
| | средние | 11,76 | 33,33 |
| | низкие | 38,24 | 0 |
| проекция | высокие | 23,53 | 60,61 |
| | средние | 14,71 | 36,36 |
| | низкие | 61,76 | 3,03 |
| замещение | высокие | 23,53 | 51,52 |
| | средние | 26,47 | 27,27 |
| | низкие | 50 | 21,21 |
| интеллектуализация | высокие | 47,06 | 30,30 |
| | средние | 41,18 | 63,64 |
| | низкие | 11,76 | 6,06 |
| реактивные образования | высокие | 44,17 | 54,55 |
| | средние | 20,59 | 36,36 |
| | низкие | 35,24 | 9,09 |

Анализ частоты встречаемости данных профилей защитного поведения спортсменов высокой квалификации высоких, средних и низких значений (табл. 1) выявил, что преобладающим механизмом защиты в группе тхэквондистов мужского пола является «отрицание» - 73,53%, также высокие значения по этому показателю выявлены и у женщин-тхэквондисток - 69,70%. Такой результат, скорее всего, был получен в связи с тем, что спортсменам независимо от пола чаще приходится сталкиваться с обстоятельствами, вызывающими тревогу (самоуважение или профессиональный престиж). Как правило, действие этого механизма проявляется в отрицании тех аспектов внешней реальности, которые, будучи очевидными для окружающих, тем не менее, не принимаются, не признаются самой личностью спортсмена.

На втором месте у мужчин выступили «вытеснение» - 58,72%, «регрессия» - 55,88% и «компенсация» - 50,00%. Примечательно, что «регрессия» и «компенсация» ак-

тивно функционируют и у исследуемых спортсменок, причем «регрессия» у тхэквондисток на первом месте по частоте встречаемости (75,76%).

Это может говорить о том, что психика спортсменов либо бессознательно подавляет негативные факторы, либо регрессирует в ранние состояния, успокаивая себя одним из привычных комфортных способов (ведет себя как ребенок: самая распространенная реакция на стресс – слезы; затем идет «заедание» проблемы: неконтролируемый прием пищи, курение, спиртное; сон, уход в мир иллюзий, фантазий).

Таким образом, видно, что мужчины наряду с более примитивными механизмами защиты прибегают к сознательной компенсации, предполагающей преодоление фрустрирующих обстоятельств или ситуаций сверхудовлетворением в других сферах, например физическую слабость, находит удовлетворение за счет увеличения технико-тактических способностей в избранном виде спорта.

60,61% женщин–тхэквондисток имеют в профиле эго-защиты высокие значения по показателю «проекция». Так как в основе «проекции» лежит процесс, посредством которого неосознаваемые и неприемлемые для личности спортсменок чувства и мысли локализируются вовне, приписываются другим людям и таким образом фактом сознания становятся как бы вторичными, например, агрессивность может приписываться окружающим или противнику в бою, чтобы оправдать свою собственную агрессивность или недоброжелательность, которая проявляется как бы в защитных целях.

Женщины активнее мужчин используют «замещение» в профиле защитных реакций (мужчины-тхэквондисты – 23,53%, женщины-тхэквондистки - 51,52%). «Замещение» относится к агрессивной диспозиции (согласно структурной теории личности Н. Kellerman), и, возможно, природная агрессивность, которая имеет место в спорте высших достижений, проявляется именно в этом защитном механизме.

В категории «интеллектуализация» высокая встречаемость только у 47,06 % тхэквондистов, у женщин этот процент еще ниже: у тхэквондисток - 30,30%. Опираясь на это, можно подтвердить бытующее мнение, что женщины более склонны к эмоциональному реагированию, а мужчины - к интеллектуальному.

Такой механизм защиты, как реактивные образования не является высоко используемым в профиле изучаемых спортсменов, так как благодаря равноправию и эмансипации женщины всё чаще успешно выступают в тех видах спорта, которые изначально являлись преимущественно мужскими, проявляют острый ум и четкую логику, от женщин ждут активности во всех сферах жизни. Женщины не знают, кто они, женщины или мужчины, они не знают, что является нормой, а что нет, их нереализованные желания и возможности вступают в конфликт с запретами и предрассудками, что и порождает данный механизм психологической защиты.

Если сравнить данные высоких и средних значений и предположить, что психика в силу своей гибкости использует различные сочетания механизмов психологической защиты в разных травмирующих ситуациях, можно предположить, что значения могут меняться как в большую сторону, так и в меньшую. В связи с этим мы можем объединить эти данные для выделения наиболее частых проявлений механизмов психологической защиты в зависимости от их высоких значений в эго-профиле.

Итак, можно утверждать, что наиболее высоко активными в профиле защитного поведения по частоте встречаемости у спортсменов высокой квалификации являются: «отрицание», «вытеснение», «регрессия», «компенсация»; у спортсменок, занимающихся тхэквондо, - «регрессия», «отрицание», «компенсация» и «проекция».

Перейдем от количественного преобладания той или иной защитной реакции в профиле к ее качественному анализу.

В таблице 2 представлены средние баллы и стандартные отклонения по шкалам защит, полученные на выборке высококвалифицированных спортсменов, занимающихся тхэквондо, которые сравниваются с помощью t-критерия Стьюдента по половому признаку.

Сравним средние показатели, полученные с помощью опросника «Индекс жизненного стиля», с нормативными значениями в обеих группах, и выявим степень напряженности механизмов психологической защиты.

В обеих группах выявлена степень напряженности механизмов психологической защиты выше нормы, принятой для стандартной выборки [2], что, возможно, является свидетельством наличия сильного внутриличностного конфликта у представителей данной группы испытуемых.

Таблица 2

Средние показатели значений в профилях защитного поведения спортсменов высокой квалификации (тхэквондо)

| Эго-защита (баллы) | Тхэквондо | | | | Достоверность различий |
|------------------------|---------------------------------------|----------|---|----------|------------------------|
| | юноши (сборная России) (n = 34) | | девушки (сборная России) (n = 33) | | |
| | \bar{O} | δ | \bar{O} | Δ | |
| Отрицание | 7,21 | 2,19 | 7,06 | 2,16 | - |
| Вытеснение | 5,06 | 2,10 | 4,27 | 1,84 | - |
| Регрессия | 4,32 | 1,20 | 5,88 | 1,52 | p≤0,05 |
| Компенсация | 3,44 | 1,74 | 4,27 | 1,44 | - |
| Проекция | 6,35 | 3,42 | 10,06 | 1,73 | p≤0,05 |
| Замещение | 3,59 | 2,43 | 4,97 | 2,20 | p≤0,05 |
| Интеллектуализация | 6,24 | 1,74 | 5,91 | 1,07 | - |
| Реактивные образования | 3,32 | 1,87 | 3,97 | 1,49 | - |

Особенно высоки по сравнению со средненормативными показатели по защитному подавлению, проекции и отрицанию. Это говорит об актуальности для этих лиц универсальных проблем иерархии и идентичности. Согласно результатам исследования, защитное отрицание, вероятно, используется испытуемыми данной выборки отчасти с целью блокирования информации о своем реальном состоянии, а отчасти во избежание негативных переживаний, связанных с постоянным стремлением к совершенству, к высоким результатам.

Страх неудачи, как обоснованный, так и беспочвенный, который испытывают спортсмены в состоянии соревновательной деятельности и в момент поединка, блокируется с помощью интенсивного защитного вытеснения.

Достоверные различия между показателями эгозащит у спортсменов мужского и женского пола по использованному t-критерию обнаружены по показателям регрессии, проекции и замещения (табл. 2).

Высокий балл исследуемых женщин по защитной регрессии ($\bar{O} = 5,88$) как возврату к более примитивным онтогенетическим формам психической активности и поведения достоверно выше показателя мужчин ($\bar{O} = 4,32$). Регрессия женщин может быть также связана с инфантильной установкой на зависимое поведение, получение помощи и поддержки извне. Это может определяться исторической принадлежностью данного вида спорта как мужского или сильным опекающим влиянием со стороны тренерского состава. Высокий показатель по компенсации умозрительно отражает неудовлетворенность спортсменов собой и своими возможностями по эффективному решению жизненных проблем.

Различие по показателю «проекция» между мужчинами и женщинами в исследуемой выборке считается бессознательной попыткой справиться с самонеприятием путем атрибуции этого чувства другим людям, причем эти попытки более выражены у женщин ($\bar{O} = 10,06$). Этот механизм у женщин имеет самые высокие значения, что может говорить об их повышенной чувствительности к критике и замечаниям, требовательности к себе и к другим, стремлении достичь высоких показателей в избранном виде деятельности.

Следующий механизм защиты также имеет достоверные различия в использовании его мужчинами и женщинами, а именно, замещение развивается для сдерживания эмоции гнева на более сильного, старшего или значимого субъекта, выступающего как фрустратор, во избежание ответной агрессии или отвержения. Судя по всему, спортсменки более склонны снимать напряжение, обращая гнев и агрессию на более слабый одушевленный (противник) или неодушевленный объект (спортивный инвентарь).

Высокий по сравнению со средненормативным показатель по защитной интеллектуализации у обоих полов, по-видимому, используется как способ ослабления отрицательных эмоций неуверенности в себе, страха по поводу негативного спортивного прогноза. С этой целью спортсмены применяют различные способы рационального истолкования психотравмирующей ситу-

ации. К таким способам можно отнести всевозможные «теории», объясняющие и оправдывающие проигрыш или поражение в схватке.

Последний из механизмов защиты, используемый спортсменами высокой квалификации также сверхнормативно, это реактивное образование. Применение этого механизма, вероятно, имеет функцию фиксации положительного самоотношения путем выгодного сравнения себя с другими. Например, спортсмен может думать: «В отличие от других я всегда полностью контролирую свое состояние перед боем», «В отличие от других я никогда не прогуливаю тренировки» и т. д.

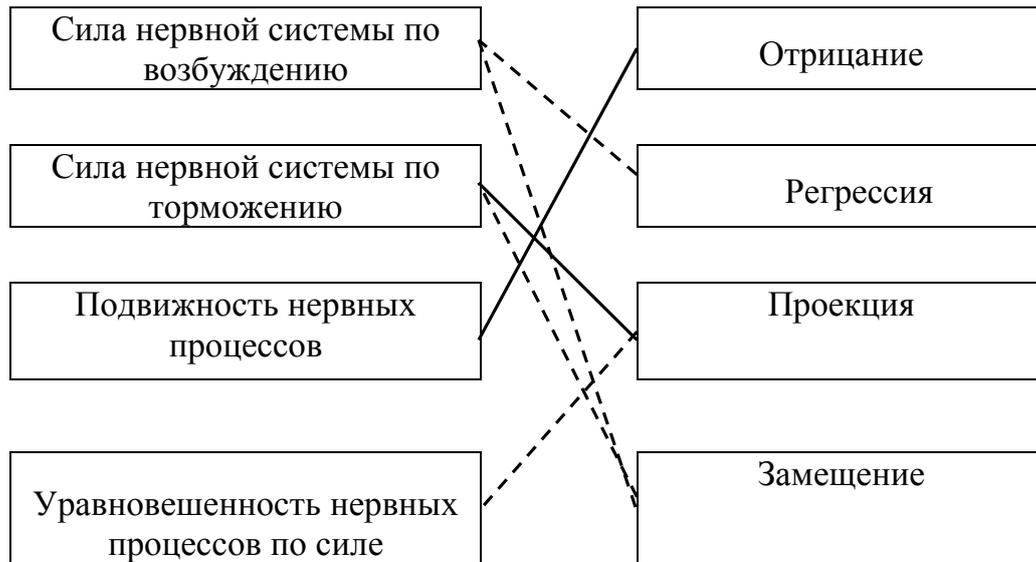
Очевидно, что спортсменки используют большинство защит в большей степени и активнее, чем спортсмены и, тем более, чем люди, не включенные в данный вид деятельности, что в свою очередь подтверждает мысль о том, что спорт высших достижений провоцирует не совсем конструктивные способы совладания с объективной реальностью.

Следуя поставленным задачам исследования, перейдем к рассмотрению полученных корреляционных взаимосвязей показателей психологических защит и типологических особенностей нервной системы. Как видно на рисунке, установлены корреляционные связи всех показателей свойств нервных процессов с показателями четырех психологических защит у тхэквондистов высокой квалификации.

На основании полученных результатов можно предположить, что спортсмен с высокими показателями по силе нервной системы по возбуждению реже будет прибегать к защитному механизму по типу «регрессия» и «замещение». То есть, он менее склонен бессознательно подавлять негативные факторы, регрессируя в онтогенетически ранние состояния, и меньше снимает напряжение, обращая гнев и агрессию на более слабый одушевленный или неодушевленный объект. Также замещение менее выражено у людей изначально предрасположенных к контролю своего поведения (спортсмен с высокими показателями по силе нервной системы по торможению). Кроме того, у таких спортсменов может в качестве защитной реакции развиваться защита по типу «проекция». Спортсмены с высоким уровнем подвижности нервных процессов могут продемонстрировать эмоциональную индифферентность или отвержение неприятной для них ситуации. Неосознаваемые и неприемлемые для личности чувства и мысли приписываются другим людям у тех спортсменов, которые имеют более развитые навыки контролировать свое поведение.

Проведенный гендерный анализ корреляционных показателей выявил сводные тенденции во взаимосвязях психологических защит с типологическими особенностями нервной системы.

На основании полученных корреляционных взаимосвязей можно сделать вывод, что чем выше сила и уравновешенность нервной системы у высококвалифицированного спортсмена-тхэквондиста, тем он менее склонен к неконструктивному реагированию на сложные ситуации в форме примитивных психологических защит.



Примечание: - - - - - обратная связь, ——— прямая связь.

Рис. Направленность корреляционных взаимосвязей между показателями свойств нервных процессов с показателями психологических защит в мужской и женской сборной России по тхэквондо

ЛИТЕРАТУРА:

1. Михайлов, Л. А., Маликова, Т. В., Шатрова, О. В., Михайлов, А. Л., Соломин, В. П. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие / под ред. Л. А. Михайлова. - СПб. : Питер, 2009. -256 с.

2. Романова, Е. С., Гребенников, Л. Р. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика. – Мытищи: Издательство «Талант», 1996. – 144 с.

STRUCTURE AND INDIVIDUALLY TYPOLOGICAL PRECONDITIONS OF HIGHLY-QUALIFIED TAEKWONDO ATHLETES' PROTECTIVE BEHAVIOR

Gorskaya G., Doctor of Psychology, Professor,
Bosenko Yu., Teacher

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.

Contact information for correspondence: 350015, Krasnodar, Budennogo str., 161

Psychological protection plays an important role in the implementation of an individual's self-regulation and self-organization. It is especially actual and important for highly qualified athletes. In spite of the growing interest to problems of the emotional development and protective cases in sports activity given problems have been studied both on the theoretical and empirical level. Therefore, the aim of our research was to study and to analyse the

complex of mechanisms of highly qualified taekwondo athletes' protection, and to define interconnections with typological characteristics of taekwondo athletes' nervous system.

Key words: typological characteristics of the nervous system, mechanisms of the psychological protection, constructive failure overcoming, taekwondo athletes.

РОЛЬ ГОСУДАРСТВЕННОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ ЭКОНОМИКИ НА ПУТИ К БЛАГОСОСТОЯНИЮ ЭКОНОМИКИ

Кандидат экономических наук М. М. Сапарбаев,

Контактная информация для переписки: 160012, Республика Казахстан, г. Шинкент, ул. Маделикожа, 137

В данной статье рассматривается роль государственного управления в регулировании экономики. В XXI веке особое внимание уделяется функциям государства, его регулирующей роли в повышении и развитии производства, социально-экономических отношений, процессов и явлений.

Раскрываются проблемы либерализации и анти-монопольного регулирования. В статье выделяются основные направления измерения роли государства в экономике и регулирование экономических процессов в рыночной экономике, важный инструмент государственной политики – налоги и налогообложение. В статье даны конкретные анализы.

Ключевые слова: функция государства, роль государства, экономическое развитие страны, субсидирование, стимулирование развития, госбюджет, финансовое планирование, налоги и налогообложение.

Институт государства очень давно находится под пристальным вниманием ученых, занимающихся социальными науками.

Наибольший интерес всегда вызывали вопросы о том, что должно и не должно делать государство, какова его природа, а также где граница между обществом и государством, есть ли некий принцип, который бы позволил четко отделить первое от второго (1).

В течение последнего столетия функции государства значительно расширились, что вызвало возникновение беспрецедентных по своему масштабу систем регулирования, включающих в себя парламентские законы, декреты, нормы, различного рода неформальные инструменты. При их помощи правительства регулируют общество, а также свою собственную деятельность. Параллельно с этим процессом возникали и разрастались регулирующие органы, которые были призваны проводить в жизнь нормативные акты и наблюдать за их исполнением.

Усиление регуливающей роли государства позволило создать то, что сегодня принято называть экономикой благосостояния, решить, казалось бы, неразрешимые противоречия между трудом и капиталом, монополией и конкуренцией, свободной торговлей и развитием внутреннего производства на приемлемом уровне занятости.

В то же время регулирование сегодня во все возрастающем масштабе не справляется с потребностями современных обществ и экономик. Большинство стран в последние десятилетия сталкивается с проблемой неадекватности регуливающей инфраструктуры, ее отставания от быстро меняющихся социально-

экономических процессов и явлений. Более того, достаточно большой круг политиков и экономистов считает современные нам системы регулирования устаревшими и препятствующими нормальному экономическому развитию (2).

Центральной проблемой, по всей видимости, является то, что правительства не успевают за быстрыми переменами, происходящими в жизни общества, а традиционный административный контроль и расширение власти регулирующих органов не только не помогают решать накапливающиеся проблемы, но зачастую сдерживают позитивные перемены и введение более прогрессивных способов управления.

Основное содержание реформы государственного регулирования 1990-х гг. в самом общем виде можно сформулировать как либерализация хозяйственной деятельности и «уход» государства из экономики. Для достижения намеченной цели работа должна была сконцентрироваться на двух основных направлениях: отказ от прямого административного вмешательства, во-первых, и разработка и внедрение экономических механизмов регулирования и контроля как действий агентов рынка, так и самой рыночной среды, во-вторых (3).

Каждая из поставленных крупных задач распадается на ряд более мелких. Отказ от прямого государственного вмешательства в экономику предполагает не просто отказ от монопольной государственной собственности на средства производства и принципов планового хозяйства, но и ослабление социальной роли государства, социалистически понимаемой как обязательство государства гарантировать обеспечение населения социальными услугами определенного достаточно высокого уровня за символическую плату. В свою очередь использование экономических методов регулирования и контроля подразумевает создание институциональной структуры рыночной экономики (в том числе рыночной инфраструктуры), а также активную роль государства по поддержке национальной экономики на международной арене и привлечению иностранного капитала.

Можно, хотя и с некоторой долей условности, выделить два типа либерализации государственной политики в области участия в производстве согласно приоритетным целям, которые ставит перед собой правительство:

- в первом случае либерализация является реакцией на ухудшение показателей экономического развития страны и, главным образом, ситуации с бюджетом. Непосредственная задача правительства состоит в уве-

личении доходов бюджета за счет доходов от продажи государственной собственности и отказа от субсидирования убыточных производств и, по существу, сводится к приватизации. Стратегическая задача повышения эффективности национальной экономики и упрочения позиций на мировой арене выступает как второстепенная;

- во втором случае либерализация (принимая различные формы: приватизация, коммерциализация деятельности государственных предприятий и служб и т. п.) непосредственно призвана сыграть роль инструмента стимулирования интенсивного экономического развития. При этом критерий экономической эффективности преобразований является ключевым и обуславливает необходимость структурного комплексного подхода. То есть подхода, подразумевающего разделение всей совокупности предприятий и служб на потенциально коммерческие и некоммерческие, а также создание соответствующей информационной и консультационной инфраструктуры, с одной стороны, и механизмов контроля за соблюдением общественных интересов, с другой стороны. Этот тип либерализации иллюстрируют примеры Новой Зеландии, США и Франции (4).

Проблемы либерализации и антимонопольного регулирования тесно взаимосвязаны. Государство, как правило, оставляет за собой контроль за деятельностью естественных монополий, хотя формы такого контроля могут различаться от всестороннего (априорного технического и финансово-экономического, апостериорного управленческого и т. д.) контроля во Франции, до добровольного обязательства Совета директоров поддерживать постоянную реальную цену на услуги в Новой Зеландии.

В финансовой сфере общая тенденция подразумевает дерегулирование институтов финансового рынка при акценте на защиту прав акционеров и инвесторов и усиление информационно-консультационных функций государства.

В сфере отношений труд - капитал общей тенденцией выступает переход от специального общего регламентирования, с третьей ролью государства и непременным участием профсоюза как посредника между индивидуальным работником и нанимателем, в пользу индивидуального трудового контракта, понимаемого как обычный коммерческий контракт. В то же время государство сохраняет за собой две основные функции в сфере регулирования трудовых отношений. Первой функцией является установление низшего предела (минимальной заработной платы, вредных условий труда, запрет детского труда и т. п.) и обеспечение социальных гарантий, необходимых для поддержания социальной стабильности в обществе (в том числе разница в оплате в зависимости от квалификации, максимальная разница в оплате для специалистов одной и той же профессии и т. п.). Вторым важным направлением деятельности государства выступает активная политика государства на рынке труда: программы сти-

мулирования занятости, подготовки и переподготовки кадров, а также развития сети информационных и консультационных услуг для всех агентов рынка.

Деятельность государства в социальной сфере преследует ряд целей, сравнительная значимость которых изменяется в зависимости от уровня социально-экономического развития страны. Все эти цели в свою очередь распадаются на две основные группы: преимущественно политические и преимущественно экономические. К первой группе относится задача поддержания социальной стабильности на основе недопущения слишком большого разрыва в доходах и уровне жизни различных слоев населения. Во вторую группу входят: во-первых, увеличение человеческого капитала, рост качества рабочей силы; во-вторых, стимулирование развития - внутреннего рынка и инвестиций путем повышения доходов населения; в-третьих, с помощью средств, проходящих через социальную сферу, правительство имеет возможность влиять на ход тех или иных структурных процессов (как демографических, так и экономических).

Иерархия целей обуславливает конкретные методы, применяемые государством в регулировании социальной сферы. Так, необходимость обеспечения политической поддержки курса реформ и необратимости преобразований в период системной трансформации потребовали от властей Болгарии расширения, по сути, системы социальной защиты вопреки экономической целесообразности. Там же, где преобладают цели экономического характера, повсеместной тенденцией является стремление государства к снижению расходов бюджета за счет либерализации социальной сферы. Примером такого подхода служат реформы системы образования и здравоохранения в Новой Зеландии, пенсионной - в Чили и т. д. В то же время государство оставляет за собой обязательство поддерживать наименее обеспеченные слои населения.

Повсеместной тенденцией, связанной с возрастающей взаимосвязью национальных экономик с внешним рынком, интеграционными процессами, выступает усиление роли наднационального законодательства. Членство в ЕЭС, участие в ГАТТ, ВТО и т. п. накладывают совершенно определенные ограничения на формы и методы национального государственного регулирования экономики.

В целом же основные направления изменения роли государства в экономике в последней трети XX века можно обозначить следующим образом:

- внедрение конкурентных механизмов в традиционных секторах государственной опеки (социальная сфера, отрасли инфраструктуры);

- повышение гибкости структуры управления путем стимулирования участия в принятии решения всех заинтересованных сторон (государственных министерств и ведомств, межведомственных органов, общественных организаций, бизнеса) при сохранении за государством обязанности установления общих правил игры;

- повышение адресности государственных услуг на

основании выделения приоритетных сфер влияния (групп населения; отраслей, секторов, сегментов рынка) (5).

Кейнс первым стал рассматривать государственное вмешательство в экономику как объективно неизбежное явление. Он разработал принципы, направления, конкретные формы и методы регулирования экономики, включающие оценку стихийного рыночного механизма. Кейнс и его последователи полагают, что такие отрицательные явления капиталистической экономики, как кризисы, безработица, неустойчивость экономического роста, являются неизбежными в стихийной экономике, так как действие «вечных» и «естественных» психологических законов порождает большие трудности в реализации продукции. Склонность людей к сбережению денег приводит к более быстрому росту сберегаемой части национального дохода по сравнению с ростом всего дохода. В итоге спрос на товары как личного, так и производственного назначения оказывается недостаточным, что способствует стагнации производства, возникновению кризисов, неполной занятости ресурсов, труда и капитала. Это вызывает необходимость государственного вмешательства (6).

Государственное регулирование экономических процессов в рыночной экономике происходит по следующим двум основным направлениям:

- непосредственное управление предприятиями, корпорациями и компаниями государственного сектора экономики;
- регулирование важнейших пропорций общественного производства и выпуска основных видов продукции, связанных с жизнеобеспечением населения и безопасности страны через госбюджет, налоговую и таможенную политику, кредитно-денежную систему и другие рычаги рыночной экономики (7).

Формы организации государственного сектора, его динамика развития и методы управления им весьма разнообразны. Это - госбюджетные предприятия, государственные корпорации и акционеры-компании, в которых часть капитала принадлежит государству.

В ряде европейских стран в государственном секторе создается до 30% ВВП, число занятых в нем составляет 19-25%, а удельный вес инвестиций - 25-50%. В этом отношении особенно характерны Австрия и Финляндия. В Австрии к началу 1980-х гг. доля государственного сектора в ВВП была равна 30%, число занятых в нем составляло 25%, а доля в инвестициях равнялась 50%; в Финляндии - соответственно 15, 12 и 25%, в Греции - 18, 12 и 25%; в Испании - 10, 7 и 33%; в Швеции - 10, 7 и 18% (8).

Второе направление - рыночное регулирование экономики на макроуровне в разной мере и различными методами происходит во всех развитых капиталистических странах. Мощным рычагом государственного регулирования экономики является госбюджет. В послевоенный период доля национального дохода, потребляемая и перераспределяемая центральным правительством, местными органами управления, ад-

министративными ведомствами и фондами социального обеспечения, неуклонно возрастала.

Государственное регулирование экономики имеет давнюю историю. Его формы и методы весьма динамичны и учитывают как внутреннюю, так и международную конъюнктуру. Основы современного регулирования были определены в 1963 г. в законе о создании Совета экономических экспертов, который обязан давать свои рекомендации для решения четырех узловых экономических проблем: стабилизация денежного обращения и цен; разрешение проблемы занятости; обеспечение внешнеэкономического равновесия; достижение стабильного и равномерного экономического роста.

Глобальное регулирование включает 4 комплекса методов:

- краткосрочные антициклические меры, опирающиеся на денежно-кредитную политику;
- среднесрочное финансовое планирование. Планы составляются на 5 лет, но корректируются ежегодно;
- государственный индикативный план. Этот план, который также составляется на 5 лет и ежегодно корректируется, включает целевые проекции всех сфер общественного производства. В нем определяются ориентировочные данные о приросте за 5 лет национального продукта, его распределение, а также предстоящие структурные изменения. План предусматривает возможные изменения цен и внешнеэкономических условий;
- «концертное действие» или «согласованная акция», т. е. согласование государственной политики с союзом предпринимателей и профсоюзами.

Отношения собственности являются определяющими в любой экономической системе. Они обуславливают ее структуру, в том числе управленческую, механизм функционирования. В постсоциалистическом Казахстане сложилась парадоксальная ситуация - частичное превалирование управленческих отношений над структурой отношений собственности (что прекратится после проведения ширококомасштабной приватизации). Это порождается мощным огосударствлением хозяйств в социалистический период, которое может быть цивилизованно преодолено только через структуру государственного управления проведением приватизации государственной собственности, подготавливающей базис рыночной экономики. При этом система управления не может одновременно трансформироваться сама, так как административное управление не соответствует целям реформ.

В этом смысле крайне важно построить систему государственного предпринимательства, соответствующую реалиям переходного периода, важной особенностью которого является постепенный, медленный процесс развития полноценного частного сектора и разгосударствления. Во многом он еще носит компромиссный характер и отличается невысокой эффективностью, так как в обществе еще слаба законность и низок правопорядок, а менталитет населения сформировался в эпоху социализма.

Однако в последние годы наблюдается значительный прогресс в этом процессе, происходящий благодаря проводимой государством приватизации собственности. Теперь роль государства обозначилась более четко, из органа распределения бюджетных средств оно имеет реальные инструменты в регулировании экономики.

Государство оказывает воздействие на рыночный механизм через свои расходы, налогообложение, регулирование и государственное предпринимательство.

Государственные расходы считаются одним из важных элементов макроэкономической политики. Они влияют на распределение как дохода, так и ресурсов. Государственные расходы состоят из государственных закупок и трансфертных платежей. Государственные закупки представляют собой, как правило, приобретение общественных товаров (затраты на оборону, строительство и содержание школ, автодорог, научных центров и т. д.). Трансфертные платежи - это выплаты, перераспределяющие налоговые доходы, полученные от всех налогоплательщиков, определенным слоям населения в виде пособий по безработице, выплат в связи с инвалидностью и т. д. Нужно заметить, что государственные закупки вносят вклад в национальный доход и непосредственно используют ресурсы, в то время как трансферты не используют ресурсы и не связаны с производством.

Трансфертные платежи имеют другое назначение: они изменяют структуру производства товаров индивидуального потребления. Суммы, взятые в виде налогов у одних слоев населения, выплачиваются другим. Однако те, кому предназначаются трансферты, тратят эти деньги на иные товары, чем и достигается изменение структуры потребления.

Другим важным инструментом государственной политики является налогообложение. Налоги - основной источник бюджетных средств. В государствах с рыночной экономикой взимаются различные виды налогов. Одни из них носят видимый характер, например подоходный налог, другие не столь очевидны, поскольку накладываются на производителей сырьевых ресурсов и воздействуют на домохозяйства косвенным путем в виде более высоких цен на товары (9).

Государственное регулирование призвано координировать экономические процессы и увязывать частные и общественные интересы. Оно осуществляется в законодательной, налоговой, кредитной и субвенционной формах. Законодательная форма регулирования регламентирует деятельность предпринимателей. Примером могут служить антимонопольные законы. Налоговая и кредитная формы регулирования предусматривают использование налогов и кредитов для воздействия на национальный объем производства. Изменяя налоговые ставки и льготы, правительство воздействует на сужение или расширение производства. При изменении условий кредитования государство влияет на уменьшение или увеличение объема производства.

Субвенционная форма регулирования предполагает предоставление государственных субсидий или налоговых льгот отдельным отраслям либо предприятиям. К их числу обычно относят отрасли, формирующие общие условия для формирования общественного капитала (инфраструктуры). На основе субсидий может оказываться поддержка и в сфере науки, образования, подготовки кадров и в решении социальных программ. Существуют также и специальные, или целевые, субсидии, которые предусматривают расходование средств бюджета по строго определенным программам. Доля субвенций в ВВП развитых стран составляет 5-10%. Выделяя субсидии, снижая налоговые ставки, государство тем самым изменяет распределение ресурсов, и субсидируемые отрасли получают возможность возмещать издержки, которые невозможно покрыть по рыночным ценам (10).

Государственное предпринимательство осуществляется в тех областях, где хозяйственность противоречит природе частных фирм или же требуются огромные вложения средств и риск. Основное отличие от частного предпринимательства состоит в том, что первоочередная цель государственного предпринимательства состоит не в получении дохода, а в решении социально-экономических задач, таких как обеспечение необходимых темпов роста, сглаживание циклических колебаний, поддержание занятости, стимулирование научно-технического прогресса и т. д. Данная форма регулирования обеспечивает поддержку малорентабельных предприятий и отраслей хозяйства, которые жизненно важны для воспроизводства. Это, прежде всего, отрасли экономической инфраструктуры (энергетика, транспорт, связь). Такой набор инструментов может прямо воздействовать на экономические процессы и выйти из кризиса, пример тому - опыт развитых стран, где выработаны теоретические положения государственного регулирования и сделаны практические шаги.

Основные положения роли государства выражены в макроэкономических теориях. Макроэкономисты имеют противоположные точки зрения на этот вопрос. Монетаристы утверждают, что денежная политика является наиболее важным инструментом для обеспечения макроэкономического роста и стабильности. Они отвергают фискальную политику как полную недостаток. Приверженцы же фискальной политики, с другой стороны, стоят на том, что фискальная политика необходима для обеспечения макроэкономической стабилизации; они упрекают монетаристов, утверждающих что «деньги - это то, что имеет значение». Рациональные экспектанты вообще отвергают макроэкономическую политику, как монетаристскую, так и фискальную, как бесполезные, потому что они верят, что так называемые «рациональные экономические агенты» (согласно этим теоретикам - категория, включающая всех людей) предвидят макроэкономическую политику правительства и на этой основе действуют в своих собственных интересах, чтобы нейтрализовать ту политику, о которой идет речь.

В связи с этим представляется целесообразным отметить, что денежная и фискальная политика очень важны, без них ничто не сможет стабилизировать экономику. Эти меры должны приниматься в тандеме. Когда экономика на спаде, правительство должно проводить комплексную политику, увеличивая расходы, сокращая налоги, облегчая доступ к кредитам и пуская деньги в оборот. Когда же экономика на подъеме и слишком много денег при дефиците товаров, правительство должно поступать наоборот. Другими словами, политика макроэкономической стабилизации должна или ускорять, или замедлять работу экономического двигателя, как того требует ситуация. Все дело в том, чтобы не переусердствовать ни в том, ни в другом направлении. Это тем более важно сейчас при общем ослаблении мировой экономики и снижении цен на сырьевые ресурсы.

И на этом этапе, как показывает конкретный анализ, в области структурной и социальной политики нужно усиление вмешательства государства в экономику и реализацию рыночных принципов.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Елемесов, Р., Жатканбаев, Е. Б. Государство и рынок. - Алматы, 1997.
2. Толкушкин, А. В. Налоговые методы стимулирования научно-технического прогресса в развитых странах / Научно-исследовательский финансовый институт. - М., 1991. (Актуальные валютно-финансовые проблемы зарубежных стран).
3. Социальное обеспечение в странах Запада: Франция, ФРГ, Италия: сб. обзоров / РАН. ИНИОН; отв. ред. Зарецкая С. Л. - М.: ИНИОН РАН, 1994. (Сер.: Социально-экономические проблемы развитых стран).
4. США: организация государственных программ. - М.: РАН, Институт США и Канады, 1995.
5. Кейнс, Д. Общая теория занятости, процента и денег / пер. с англ. проф. Л. С. Микша. - М., 1936.
6. Волохова, Т. В. Государственное регулирование рынка труда: классификация мер и опыт развитых стран // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 6. - Экономика. - 1999. - № 3.
7. Елемесов, Р. Переходная экономика: проблемы методологии и теории. - Алматы, 1998.
8. Платонова, Е. Экономические системы и их трансформация // МЭМО. - 1998. - № 7. - С. 30-40.

THE ROLE OF THE STATE REGULATION OF THE ECONOMY ON ITS WAY TO THE ECONOMICAL WELLBEING

Saparbaev M., Candidate of Economics,

College Parasat, the city of Shinkent, the Republic of Kazakhstan

Contact information for correspondence: 160012, Republic of Kazakhstan, Shinkent, Modelikozha str, 137

The role of the state management in the regulation of the economy is examined in the given paper. In the XXI century special attention is paid to the state functions, its regulating role in the increasing and the development of the production.

Problems of liberalization and antimonopolian regulation are also revealed opened in the paper. Main directions of measuring the state role in the economy

and the regulation of an economical process in the market economy are displayed here. It is that taxes and the taxation present an important instrument of the state policy. Concrete analyses are also given in the paper.

Key word: state function, state role, country's economical development, subsidizing, stimulation of the development, state budget, financial planning, taxes and taxation.

МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ

В Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма с 14 по 18 октября 2010 года будет проходить Международная научно-практическая конференция «Современные аспекты подготовки кадров для Олимпийских и Паралимпийских игр: Ванкувер-Лондон-Сочи».

ЦЕЛЬ КОНФЕРЕНЦИИ:

Объединение усилий органов власти, учреждений образования, международных партнеров в решении кадровых вопросов для проведения Олимпийских и Паралимпийских игр.

ЗАДАЧИ КОНФЕРЕНЦИИ:

- обсуждение стратегических направлений подготовки к проведению Олимпийских и Паралимпийских игр;
- решение вопросов подготовки кадров для предстоящих XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр;
- пропаганда и популяризация идеалов и ценностей международного олимпийского движения, обмен опытом;
- организация и содержание научно-методического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов;
- укрепление связей между спортивными организациями России и зарубежных стран.

На конференции предполагается обсудить следующие направления:

1. Современные образовательные технологии в подготовке, переподготовке и повышении квалификации специалистов для индустрии туризма и гостеприимства.

2. Инновационные подходы в системе подготовки специалистов для физической культуры, спорта высших достижений, реабилитации и восстановительной физической культуры.

3. Кадровое обеспечение строительства и функционирования инженерной инфраструктуры XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр, экологических программ и эксплуатации объектов Олимпийского наследия.

4. Олимпизм и историко-философские аспекты олимпийского движения.

5. Организационно-правовые вопросы спорта высших достижений.

6. Олимпийское образование различных возрастных групп населения.

7. Экономические и социально-политические проблемы олимпийского движения.

8. Медико-биологические вопросы спортивной деятельности.

9. Теоретико-методические аспекты подготовки олимпийского резерва.

10. Информационные технологии в спорте и олимпийском движении.

11. Основные направления развития Паралимпийского движения.

УЧАСТНИКИ КОНФЕРЕНЦИИ:

В работе международной научно-практической конференции примут участие ведущие российские и зарубежные ученые, представители Канады, Великобритании, АНО «Оргкомитет «Сочи 2014», органов власти, учреждений образования, бизнес – сообществ, PR-профессионалы, олимпийские чемпионы, спортсмены, тренеры.

ЗАДАЧИ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА И ИХ РЕШЕНИЕ

С 20 апреля по 12 мая 2010 года в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма (г. Краснодар) проходила очередная ежегодная научная и научно-методическая конференция профессорско-преподавательского состава.

На заседаниях секций преподавателями, молодыми учеными, аспирантами, магистрантами было сделано более 200 докладов. В работе конференции участвовали 230 преподавателей, порядка 100 аспирантов и магистрантов, более 200 студентов. В обсуждении докладов принимали участие ведущие и молодые ученые, студенты. На пленарном заседании были заслушаны 2 доклада докторантов: кандидата педагогических наук, доцента С. В. Кочетковой и кандидата педагогических наук, директора гуманитарного колледжа В. В. Суворова.

Участниками конференции отмечены несомненная актуальность поставленных и рассмотренных в

докладах вопросов по развитию физической культуры и спорта в России, их высокая научная и научно-методическая значимость и достаточно высокий научный уровень исследований. Отменена роль Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма в решении кадровых, образовательных, научных, физкультурно-спортивных запросов Юга России.

Была подчеркнута важность поставленных в «Концепции развития университета на 2008-2012 годы» задач в области науки и образования по физической культуре и спорту и их решения профессорско-преподавательским составом, сотрудниками вуза. Это, прежде всего:

– ускорение перехода на принятые в международном сообществе структуру непрерывного образования и критериальные показатели качества профессиональной подготовки специалистов;



- формирование творческой среды в университете, обеспечивающей внедрение инновационных, образовательных и воспитательных технологий;

- повышение профессионального и научного уровня профессорско-преподавательского состава;

- углубление фундаментальных и прикладных аспектов научно-исследовательской деятельности;

- сохранение и развитие существующих в университете научных школ;

- создание новых актуальных направлений, способствующих решению важных региональных и федеральных социально-экономических задач, рыночное продвижение продуктов НИОКР;

- улучшение материально-технического обеспечения научно-исследовательской работы;

- активизация участия сотрудников в целевых федеральных программах;

- расширение спектра прикладных НИОКР по приоритетным направлениям развития науки, техники и высоких технологий;

- развитие имеющихся и установление новых международных научных и образовательных связей.

Решение отмеченных задач нашло отражение в докладах и дискуссиях в рамках направлений работы конференции:

- философские, исторические, социально-психологические и экономические проблемы современного образования и развития физической культуры и спорта;

- инновационные технологии в системе подготовки специалистов по физической культуре и спорту;

- физическая культура и спорт в различных образовательных учреждениях (дошкольные, общеобразовательные, высшие и средние профессиональные);

- медико-биологические аспекты физической культуры и спорта, современные физкультурно-оздоровительные технологии;

- теоретико-методические аспекты формирования, сохранения и укрепления здоровья человека средствами физической культуры и спорта;

- актуальные проблемы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;

- научно-методические основы спортивной тренировки;

- основные проблемы управления и организации спортивно-массовой и оздоровительной работы.

Была отмечена целесообразность ежегодного проведения научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава университета.

По материалам конференции издан сборник: «Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма» (20 апреля – 12 мая 2010 года, г. Краснодар).

СВЯЗИ С ОБЩЕСТВЕННОСТЬЮ В СПОРТЕ: ИТОГИ КОНФЕРЕНЦИИ

28 мая 2010 года в городе Краснодаре на базе Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма прошла III Всероссийская научно-практическая конференция «Связи с общественностью в спорте: образование, тенденции, международный опыт». В конференции приняли участие представители мира спорта, власти, бизнеса, преподаватели высшей школы.

Инициатором конференции в третий раз выступил Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. Открыл конференцию ректор, доктор педагогических наук, профессор Султан Меджидович Ахметов.

Работа конференции широко освещалась телевидением (на каналах «Краснодар +», НТК, ГТРК и СТС-Екатеринодар), радио (ГТРК, Авторадио, Первое радио, 107,7), печатными СМИ («Кубанские новости», «Советский спорт», журнал «Стадион») и на информационных порталах ЮГА.ш и krd.ru.

Гости и партнёры конференции: Нестле Кубань, Краснодар Ехро, ЮТК, СтарТрэвел, Пресс-служба ГУВД, Дельфийский Совет, Олимпийский Совет Краснодарского края, КубГТУ, КубГУ.

Участников конференции телеграммой приветствовал министр спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации Виталий Леонтьевич Мутко.

Конференция была начата в необычном формате – формате пресс-конференции по актуальным проблемам студенческого спорта (игровые виды). Среди участников пресс-конференции – заслуженный мастер спорта, олимпийский чемпион, директор гандбольного клуба «Кубань» Кулинченко Станислав, заслуженный тренер России, президент регби-клуба «ЮГ» Мусатов Федор, заслуженный мастер спорта, олимпийский чемпион, директор гандбольного клуба «СКИФ» Ходьков Олег. Итоги пресс-конференции – отчет руководителей клубов об итогах сезона 2009-2010 и задачах спортивных вузов по укреплению позиций команд в спорте.

По окончании пресс-конференции ректор спортивного вуза высказал слова благодарности постоянным партнерам конференции компаниям: «СтарТрэвел» и ее директору Мороз Татьяне Валерьевне, директору по корпоративным вопросам «Нестле Кубань» Кияновой Елене Георгиевне и директору департамента информационно-аналитического обеспе-





Из портфеля редактора

чения «Южной Телекоммуникационной Компании» (ЮТК) Бондаренко Анне Владимировне.

Гости конференции, прибывшие из Уральского государственного университета физической культуры, профессор Константин Киуру и доцент Татьяна Тихонова в своих докладах подняли актуальнейшие вопросы подготовки специалистов по связям с общественностью в спорте: вопросы подготовки кампаний в сфере связей с общественностью в спорте по продвижению команд и популяризации видов спорта и вопросы подготовки профессионального портфолио специалиста.

Вторая часть конференции прошла под знаком волонтерского движения, с докладом по которому выступил проректор по инновационным и олимпийским программам профессор Юрий Константинович Чернышенко. Число вопросов к докладчику свидетельствовало об интересе всех присутствующих к данной теме.

Главные итоги конференции – принятая резолюция и продолжение диалога о проблемах профессионального и массового спорта, здорового образа жизни, возможностях представителей общественности в совместном решении возникающих проблем.

Научно-методический журнал

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА,
СПОРТ – НАУКА И ПРАКТИКА**

3/2010

Оригинал-макет – Калашников М. И., Ширванян А. В., Крачунов В. В.
Корректурa – Деркачева С. С.

Подписано к печати 30.09.2010 г.

Формат 60x90/8

Бумага для офисной техники

Усл. печ. л. 8. Тираж 100 экз.

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161