DOI: 10.17117/na.2017.01.02.045

<http://ucom.ru/doc/na.2017.01.02.045.pdf>

Поступила (Received): 23.01.2017

Баженов Ю.П., Костёркин П.Д. Оздоровительная сила педагогических средств

Bazhenov Yu.P., Kosterkin P.D.
Wellness force pedagogical tools

Рассматриваются вопросы состояния готовности преподавателей к использованию педагогических средств. Раскрываются основные положения распределения средств физической культуры для повышения оздоровительного эффекта физического воспитания в университете. Интерес к возможностям педагогических средств, влияющим на профессиональную готовность, должен быть использован в практической деятельности

Ключевые слова: физическое воспитание, оздоровительный эффект, педагогические средства

The problems of the state of readiness of teachers to use pedagogical tools. Reveals the basic provisions of the distribution of physical culture to enhance the healing effect of physical education at the University. The interest in the possibilities of pedagogical tools influencing the professional preparedness, should be used in practice

Key words: physical education, health effect, pedagogical tools

Баженов Юрий Павлович

Старший преподаватель

Южно-Уральский государственный университет

г. Челябинск, пр. Ленина, 76

Bazhenov Yury Pavlovich

Senior teacher

Southern Ural state university

Chelyabinsk, Lenina ave., 76

Костёркин Павел Дмитриевич

Преподаватель

Южно-Уральский государственный университет

г. Челябинск, пр. Ленина, 76

Kosterkin Pavel Dmitrievich

Teacher

Southern Ural state university

Chelyabinsk, Lenina ave., 76

В теории и методике физического воспитания установлен ряд специальных положений – методических принципов. Правила регулирования функциональных нагрузок, порядок их изменения и чередования с отдыхом должны соответствовать закономерностям достижения оздоровительного эффекта [1-12]. Не всегда учитываются гигиенические факторы и оздоровительные силы природы, которые влияют на конечный результат. При внедрении инноваций в учебный процесс осуществляется конкретизация принципа оздоровительной направленности физического воспитания [13-22].

Особенно тщательный врачебно-педагогический контроль проводится в области спортивной практики, где уровень функциональных нагрузок достигает максимума, приближаясь нередко к границам биологической нормы. Объединение тренировочных средств и средств восстановления в определённую систему и является одним из главных вопросов управления работоспособностью и

восстановительными процессами [23-27]. Применяемые средства направленные на конкретную модель результата имеют больший эффект [28-30]. В программах тренировочных занятий и микроциклов встречаются следующие группы средств: педагогические, психологические, биологические и медицинские.

Педагогические средства являются основополагающими и предполагают управление работоспособностью и процессами восстановления. К педагогическим средствам относятся:

- планирование нагрузки и построение процесса подготовки;
- соответствие нагрузок с индивидуальными возможностями;
- соответствие содержания подготовки этапу подготовки;
- рациональная динамика нагрузки в структурных образованиях;
- планирование упражнений восстановительного характера;
- двигательные переключения в программах и микроциклах;
- рациональное построение и содержание частей занятий;
- режим жизни и спортивной деятельности;
- условия для тренировки и для отдыха, сочетание с учёбой;
- постоянство времени тренировочных занятий, учёбы, отдыха;
- использование индивидуальных и коллективных форм работы;
- недопущение тренировки при наличии заболеваний и травм;
- учёт индивидуальных особенностей занимающихся;
- учёт влияния инновационных тенденций.

Эффект любого средства зависит от того, как оно применяется. Одно и то же по виду упражнение может давать в зависимости от методики его применения существенно различный эффект [31]. Первая предпосылка желаемого эффекта состоит в том, чтобы избираемое средство по своим объективным свойствам могло бы дать соответствующий результат. В результате тестирования преподавателей высшей школы и тренеров по применимости педагогических средств в учебной работоспособности получены сравнимые результаты (рисунок 1).

Рис. 1. Владение педагогическими средствами в физической культуре

На диаграмме видно, что преподаватели и тренеры в начале и в конце практической деятельности имеют незначительные различия (таблица). В среднем возрасте преподаватели значительно опережают своих коллег. Знания

и умения полученные в процессе обучения в базовом университете требуют постоянного обновления и совершенствования в процессе трудовой деятельности. Кроме «стирающихся» базовых знаний в биологическом плане, возрастают потери от опережающих современных технологий. «Старое забыли, а новое не в состоянии принять».

Цель, так или иначе, всегда отражает определенные общественные потребности, продиктованные объективными условиями жизни общества. Ее нельзя ставить произвольно. По результатам проведенного констатирующего эксперимента выявлено, что часто не хватает знаний для поддержания высокого уровня качества обучения. Необходимо понять объективные запросы, предъявляемые жизнью к развитию и образованию человека как активного участника общественного прогресса.

Список используемых источников:

1. Быков В.С., Громов В.А. Основные функции спорта // Физическая культура и безопасность жизнедеятельности: пути взаимодействия. Нижний Тагил: Изд-во НТГСПА, 2012. С. 83-87.
2. Шайхетдинов, Р.Г. Взаимосвязи массовости физической культуры в университете / Р.Г. Шайхетдинов, В.А. Громов, И.В. Тяжелыхников, А.В. Скутин // Вестник научных конференций. 2016. № 4-5(8). С. 248-249.
3. Громов, В.А. Модульная специально-направленная физическая тренировка студентов / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов // Образование, общество, проблемы и перспективы развития: сб. тр. / Тамбов : ЮКОМ, 2014. С. 39-41.
4. Громов, В.А. Результаты мониторинга тестов по физической культуре на факультете военного обучения / В.А. Громов В.А., Р.Г. Шайхетдинов // Перспективные исследования в физической культуре, спорте и туризме : сб. науч. тр. / ЮУрГУ. Челябинск : Изд-во ЮУрГУ (НИУ), 2014. с. 263-267.
5. Громов, В.А. Управление динамикой показателей физических упражнений на военном факультете в ВУЗе / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2014. №2. С. 7-15.
6. Громов, В.А. Дискретность спортизации спирального физического воспитания / В.А. Громов // Проблемы совершенствования физического воспитания студентов : сб. науч. тр. М.: Изд-во РГУНГ, 2012. С. 155-157.
7. Громов, В.А. Консолидация форм проведения физкультурного воспитания студентов ВУЗов под воздействием операционных методических заданий / В.А. Громов, О.И. Мякишева // Физическая культура и спорт в системе высшего профессионального образования : сб. тр/ Уфа : Изд-во УГНТУ, 2012. С. 63-65.
8. Громов, В.А. Структура соревновательной деятельности в борьбе Трizona / В.А. Громов, А.А. Туманов // Мир гуманитарного и естественнонаучного знания : сб. науч. тр. / КСЭИ. Краснодар: Изд-во КСЭИ, 2012. С. 254-255.
9. Громов, В.А. Внедрение содержания спортивных единоборств в учебный процесс факультета военного обучения / В.А. Громов // Оптимизация учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях физической культуры: сб.науч. тр. / – Челябинск : Изд-во УралГУФК, 2012. С. 51-52.
10. Громов, В.А. Влияние масштабируемости физических нагрузок на результативность студентов вузов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2013. № 2. С. 44-50.
11. Громов, В.А. Роль масштабируемости в интенсификации волновой физической нагрузки / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов // Современные тенденции в образовании и науке: сб. тр. Тамбов, 2013. часть 13. С. 35-37.
12. Скутин, А.В. Здоровое питание для повышения настроения / А.В. Скутин, Р.Г. Шайхетдинов, В.А. Громов // Адаптивная физическая культура и здоровье: интеграция науки и практики: сб. н. тр. Уфа: БашИФК, 2016. С. 326-336.
13. Быков, В.С. Преодоление отставленного эффекта в стрельбе / В.С. Быков, В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов // Научный альманах. № 8-1(22). 2016. С. 100-103.

14. Громов В.А. Постулаты активной защиты в рукопашном бое / В.А. Громов, А.Е. Миллер // Актуальные вопросы воспитания и образования в области физической культуры и спорта: поиск, инновации, перспективы / Челябинск : ЮУрГУ, 2010. С. 81-88.
15. Громов, В.А. Востребованность в инновациях междисциплинарного обучения / В.А. Громов, Е. Джим, Р.Г. Шайхетдинов // Инновации в спорте, туризме и образовании – icISTIS 2016 : с / Челябинск : ЮУрГУ, 2016. С. 89-97.
16. Громов, В.А. Комплексные технические действия в партере (рукопашный бой) / В.А. Громов // Современные тенденции в образовании и науке : сб. науч. тр. / Тамбов : ЮКОМ, 2013. часть 13. С. 33-35.
17. Громов, В.А. Отставленный тренировочный эффект у студентов в рукопашном бое / В.А. Громов // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в вузах : сб. / Уфа : УГНТУ. 2014. С. 88-91.
18. Громов, В.А. Повышение результативности в спортивных метаниях / В.А. Громов // Научный альманах. 2016. № 5-2(19). С. 108-111.
19. Тяжельников, И.В. Сравнительный электрофиксаж техники метания в единоборствах / И.В. Тяжельников, В.Л. Ившин, В.А. Громов, О.В. Кiekпаева // Вестник научных конференций/ Тамбов : ЮКОМ, 2016. № 4-5(8). С. 223-224.
20. Громов, В.А. Физическая культура студентов на уличных тренажёрах / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов // Актуальные вопросы в научной работе и образовательной деятельности: сб. тр. Тамбов, 2014. С. 38-39.
21. Громов, В.А. Проведение стрельбы по условиям комплекса ГТО в ВУЗе / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов // Научно-методическое обеспечение и сопровождение системы физического воспитания и спортивной подготовки в контексте внедрения комплекса ГТО / Челябинск : ЮУрГУ, 2015. С. 405-409.
22. Быков, В.С. Организация учебно-тренировочного процесса в образовательном учреждении / В.С. Быков, В.А. Громов, В.Ю. Целищев // Современное общество, образование и наука : сб. науч. : в 16 ч./ ЮКОМ, 2015. Ч. 4. С. 38-40.
23. Громов, В.А. Направленная физическая культура в обучении автомобильных специалистов / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов, Е. Джим, В.В. Епишев // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. Тула : ТулГУ, 2016. № 4. С. 21-29.
24. Громов, В.А. Алгоритм организации физической культуры со студентами факультета военного обучения / В.А. Громов, Р.Г. Шайхетдинов, И.В. Тяжельников // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. № 3. С. 10-18.
25. Shaykhetdinov, R.G. UNIVERSITY GRADUATE'S PSYCHOPHYSICAL VOCATIONAL FITNESS: METHODS OF ACHIEVEMENT / R.G. Shaykhetdinov, V.A. Gromov // Theory and Practice of Physical Culture. 2016. № 3. С. 9.
26. Громов, В.А. Готовность выпускников университета к продолжению занятий спортивными единоборствами / В.А. Громов // Научный альманах. Тамбов : ЮКОМ, 2016. № 1-2 (15). С. 116-119.
27. Громов, В.А. Межпредметный индивидуальный подход в обучении / В.А. Громов, Е. Джим, В.Л. Ившин // Научный альманах. 2016. № 9-1 (23). С. 240-243.
28. Шайхетдинов, Р.Г. Достижение выпускником университета психофизической готовности к профессиональной деятельности / Р.Г. Шайхетдинов, В.А. Громов // Теория и практика физической культуры. 2016. №3. С. 26-28.
29. Громов, В.А. Детализация приёмов как фактор надёжности в рукопашном бое // Наука, образование, общество, проблемы и перспективы развития : сб. науч. тр. / – Тамбов : Изд-во ЮКОМ, 2014. С. 37-39.
30. Тяжельников, И.В. Преимущество алгоритмов физических комплексов / И.В. Тяжельников, Р.Г. Шайхетдинов, В.А. Громов // Научный альманах. 2016. № 4-2 (18). С. 302-305.
31. Громов, В.А. Повышение результативности в выполнении комплекса ГТО в университете / В.А. Громов, В.В. Шкляев, Р.Г. Шайхетдинов, А.В. Скутин // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2010. № 10. С. 24-29