Международная Объединенная Академия Наук

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

Научный журнал

Апрель 2018 г.

НОМЕР 37

ЧАСТЬ 1

LJOURNAL.RU

Самара 2018

УДК 001.1
ББК 60

Т34

Тенденции развития науки и образования. «Тенденции развития науки и образования» апрель 2018 г. Часть 1 Изд. НИЦ «Л-Журнал», 2018. - 68с.

SPLN 001-000001-0290-LJ
DOI 10.18411/lj-04-2018-1
IDSP 000001:lj-04-2018-1

В выпуске журнала собраны материалы из различных областей научных знаний.

Журнал предназначен для научных работников, преподавателей, аспирантов и студентов.

Все материалы, размещенные в журнале, опубликованы в авторском варианте. Редакция не вносила коррективы в научные статьи. Ответственность за информацию, размещенную в материалах на всеобщее обозрение, несут их авторы.

Информация об опубликованных статьях будет передана в систему ELIBRARY

Электронная версия журнала доступна на сайте научно-издательского центра «Л-Журнал». Сайт центра: ljjournal.ru

УДК 001.1
ББК 60

SPLN 001-000001-0290-LJ

<http://ljjournal.ru>

Содержание

РАЗДЕЛ I. ПЕДАГОГИКА	5
Айвазова Е.С., Вертейко Е.А., Заднепровская А.Г. Правовые основы физической культуры и спорта	5
Аксенова О.В. Ребенок дошкольного возраста: пути овладения социальным опытом ...	7
Аксенова О.В. Сущность и содержание понятия «социальный опыт» в аспекте дошкольного образования	9
Андреасян К.Б., Белова Я.А. Сравнительный анализ структурного содержания соревновательных композиций команд финалисток чемпионатов мира 2015-2017гг. по чир-фристайлу	11
Загоровская Н.В., Архипенкова Е.О. Зрители и конкурсные программы в спортивных мероприятиях	15
Гитайло Е.Н. Лексические особенности перевода интернет-СМИ	16
Клецов К.Г., Пешкова А.А. Предварительная подготовка девочек 4-5 лет к занятиям художественной гимнастикой.....	19
Клецов К.Г., Парахин В.А. Содержание акробатических элементов в соревновательных упражнениях у спортсменов высокой квалификации в дисциплине чир-фристайл-двойка чир спорта	23
Кузьмичева Е.В., Загоровская Н.В., Салахудинова Е.С. Олимпийская миля	26
Кузьмичева Е.В., Дементьев К.К. Оценка сформированности профессиональных компетенций у будущих режиссеров	28
Любимова О.В. Использование кино- и видео-материалов в образовательной практике преподавания религиозоведческих дисциплин.....	30
Майкут Т.А., Голоухова Г.Н. К вопросу о дефинициях инновационной деятельности в условиях стандартизации дошкольного образования	31
Микова Д.Д. Технологии тайм-менеджмента для студентов вузов.....	33
Норин Н.Е., Чокотов Е.Н. Двигательная активность и закаливание организма, составляющие факторы здорового образа жизни	39
Норин Н.Е., Яньшин Н.С., Зайцев В.В. Основы здорового образа жизни военнослужащих национальной гвардии Российской Федерации.....	42
Парахин В.А., Клецов К.Г., Лубшев М.А. Методика обучения гимнастическим упражнениям на перекладине, с использованием структурно-коррекционных матриц. 45	

Ряпина Н.Е. Использование коммуникативного метода при обучении аудированию студентов неязыковых вузов	48
Салахудинова Е.С., Загоровская Н.В. Виды физкультурно-спортивной активности подростков и их педагогический потенциал	51
Старыгина Г.П., Старыгин В.С. Адаптация студентов к самостоятельным занятиям по физической культуре	53
Томашевич А.М., Жарикова Е.Л. Особенности организации и проведения анимационных программ на культурно и спортивно-массовых мероприятиях	55
РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЯ	57
Алагуев М.В. Акцентуации характера несовершеннолетних правонарушителей Республики Бурятия	57
Грекова А.А. Проблематика влияния типа темперамента на учебную деятельность студента	61
Мельникова Н.В. Детерминанты отражения психического образа человека	63

РАЗДЕЛ I. ПЕДАГОГИКА

Айвазова Е.С., Вертейко Е.А., Заднепровская А.Г.

Правовые основы физической культуры и спорта

*Российская академия народного хозяйства и государственной службы
при Президенте РФ*

*Южно-российский институт управления
(Россия, Ростов-на-Дону)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-01

idsp: 000001:lj-04-2018-01

Аннотация

В данной статье содержится информация о правовых документах, регулирующих сферу физической культуры и спорта. Нормативно-правовые акты описывают структуру правового регулирования в сфере физического воспитания.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, правовые документы.

Наше государство, являясь носителем общественных интересов, стремится сформировать не только общенациональную модель физкультурно-спортивного движения [1], но и укрепить его законодательно. Правовые основы физической культуры и спорта закреплены в различных государственных документах.

Среди наиболее значимых нормативно-правовых актов - Конституция Российской Федерации и Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ, устанавливающий правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности в области физической культуры и спорта в стране, а также определяющий основные принципы законодательства о физической культуре и спорте. Данный Федеральный закон состоит из 8 глав и 43 статей.

Изучая этот закон, можно определить, что физическая культура представляет собой ценности, нормы и знания, совокупность которых создается и используется обществом для физического и интеллектуального развития человека, для улучшения его двигательной активности и для формирования здорового образа жизни посредством физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

В данном федеральном законе также можно найти следующие понятия: физическая культура, спорт высших достижений, физическое воспитание, массовый спорт, национальные виды спорта, паралимпийское движение и др. [4]. Кроме того, Федеральный закон №329 вводит новый вид общественного объединения, который представляет собой спортивную федерацию. Цель данного объединения - развитие одного или нескольких видов спорта, их пропаганда, проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов спортивных сборных команд.

Федеральный закон № 329 определяет разграничения полномочий органов государственной власти и органов местного самоуправления, а также условий функционирования всех структур, имеющих непосредственное отношение к спорту. Это относится и к спортивным федерациям, и к общественным организациям, и к развитию массового спортивного движения, и к детско-юношескому спорту.

Весьма важным направлением является развитие спорта в общеобразовательной системе, поскольку спорт в этой системе - залог здоровья нации. Не стоит забывать, что

совершенствуя и развивая систему здравоохранения, мы можем поддержать своё здоровье, но его формирование начинается с раннего детства посредством физического развития. Здесь говорится о гармоничном развитии личности молодого россиянина, который ставит перед собой высокие цели.

Важным явлением современного законодательства является развитие законотворчества о физической культуре и спорте на уровне субъектов Российской Федерации.

В последнее время законотворческая деятельность в субъектах Российской Федерации активно и последовательно определяет и формирует концепцию управления сферой физической культуры и спорта.

Можно выделить следующие основные задачи государственной поддержки этого законотворчества:

- стабилизация финансирования отрасли;
- стимулирование льготного налогообложения.

Эти задачи помогают в реализации оздоровительной работы среди населения всей страны. Для успешного решения современных проблем в области развития и функционирования физической культуры и спорта и управления в данной сфере, необходимо наладить и совершенствовать правовую основу, способную обеспечить права и свободы граждан РФ.

В настоящее время правовая система физической культуры и спорта активно действует в сфере формирования и осуществления правовых основ и норм физкультурной деятельности, применяя эту систему на федеральном, территориальном и местном уровнях.

Для примера рассмотрим Областной закон от 29 июля 2009 № 263-ЗС «О физической культуре и спорте в Ростовской области» [3]. В нем указываются основные задачи и направления деятельности органов государственной власти Ростовской области в сфере развития физической культуры и спорта. Отдельное внимание уделено мерам по развитию физической культуры и спорта инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в Ростовской области.

В заключение следует отметить, что сегодня идет поиск новых подходов, аккумулирующих опыт, имеющий непреходящую универсальную культурную ценность, поиск принципов создания такой модели физкультурной деятельности [5], которая будет поддержана законодательно. Таким образом, можем сделать вывод о том, что создание правовых основ физической культуры и спорта происходит на всех уровнях государственной власти.

1. Кононенко А.В., Дорофеева Е.Н., Беспалова Н.В. Политика Российской федерации в области спорта: новые ориентиры//Государственное и муниципальное управление. Учёные записки СКАГС. Ростов-на-Дону, 2014. - №4. С. 184-189.
2. Конституция Российской Федерации
3. Областной закон от 29 июля 2009 № 263-ЗС «О физической культуре и спорте в Ростовской области».
4. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ
5. Селиванов О. И. Спортивные единоборства как феномен современной культуры: трансформация идеалов. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата философских наук. Специальность 24.00.01. - Ростов-на-Дону, 2017.

Аксенова О.В.**Ребенок дошкольного возраста: пути овладения социальным опытом***МКДОУ БГО Детский сад № 1 комбинированного вида
(Россия, Воронежская обл., г. Борисоглебск)**doi: 10.18411/lj-04-2018-02**idsp: 000001:lj-04-2018-02***Аннотация**

В статье анализируются важнейшие пути овладения дошкольником социальным опытом: обучение, общение, игра, труд. Освоение социального опыта ребенком дошкольного возраста рассматривается как процесс стихийный, так и целенаправленный.

Ключевые слова: социальный опыт, дошкольное образование, дошкольник, обучение, общение, игра, труд.

Освоение ребенком социального опыта совершается несколькими взаимосвязанными путями. Во-первых, оно происходит стихийно, поскольку дошкольник с первых шагов строит свою индивидуальную жизнь как человеческое существо и как член человеческого сообщества. Причем ребенок вбирает воздействия окружающей среды не пассивно, а, подключаясь к совместным с другими людьми актам поведения, присваивая социальный опыт. Во-вторых, освоение социального опыта осуществляется и как целенаправленный процесс, нормативное (организованное специально обществом в соответствии с его идеологией, социально-экономической структурой, целями и культурой) воспитание, обучение, просвещение. В последнем варианте речь уже идет о социальном воспитании.

Дошкольники социализируются и обретают собственный опыт:

- в процессе различной деятельности, овладевая обширным фондом социальных умений и навыков, информацией;
- в процессе общения с людьми различного возраста в рамках разных социальных групп, расширяя систему отношений и социальных связей, осваивая социальные установки, символы, ценности;
- в процессе выполнения разнообразных социальных ролей, осваивая те или иные модели поведения [3].

Раскроем более подробно важнейшие пути овладения социальным опытом дошкольником.

Обучение – это процесс передачи ребенку общественно-исторического опыта [2].

Обучение дошкольников является традиционным и развитым направлением педагогики. Основные методы и формы обучения в дошкольном возрасте связаны с предметной деятельностью и игрой и зависят от сензитивных периодов развития. Лепка, рисование, конструирование, аппликация и иные виды деятельности дошкольника, предъявляющие особые требования к разным психическим функциям, дают обширные возможности для проведения и организации развивающей работы с детьми. Существенно и то, что отличает их способность к взаимной компенсации с позиции развивающего эффекта, что позволяет учитывать склонности и интересы ребенка.

Общение – это процесс установления, поддержания и развития контактов двумя или несколькими субъектами. Полноценное общение есть необходимое условие освоения ребенком социального опыта в ходе воспитания и обучения [2].

М.И. Лисиной определены четыре формы общения ребенка со взрослым:

- 1) ситуативно-личностное;
- 2) ситуативно-деловое;
- 3) внеситуативно-познавательное;
- 4) внеситуативно-личностное [4].

Следовательно, существенное значение для развития у детей всех форм общения имеет взрослый, опережающая инициатива которого неизменно «подтягивает» деятельность ребенка на более высокий, новый уровень развития по механизму «зоны ближайшего развития» (по Л.С. Выготскому) [1].

Игра - это деятельность дошкольника в условных ситуациях, которые моделируют реальность. В игре, как особом исторически возникшем виде общественной практики, воссоздаются нормы человеческой деятельности и жизни, освоение которых обеспечивает познание социальной и предметной действительности, приобщение к культуре, профессиональное, интеллектуальное, нравственное и эмоционально-волевое развитие и становление личности. Итак, игра обращена на усвоение и воссоздание социального опыта [6].

Д.Б. Эльконин определяет игру как «деятельность, в которой воссоздаются социальные отношения между людьми вне условий непосредственной утилитарной деятельности, складывается и совершенствуется управление поведением. В ролевой игре дети, воспроизводя действия и отношения взрослых людей, вступая в различные отношения между собой, овладевают навыками общения, усваивают принятые в обществе ценности и нормы поведения, учатся уважать и соблюдать их» [7, с. 47].

В современной педагогике игра анализируется как ведущий тип деятельности ребенка дошкольного возраста. Ее существенное положение определяется не в количестве времени, которое ей посвящает ребенок, а тем положением, что она удовлетворяет его главные потребности. Дошкольнику присуща тяга к активному участию в жизни взрослых, самостоятельности. По мере формирования ребенка расширяется им осознаваемый мир, появляется внутренняя потребность участвовать в такой взрослой деятельности, которая недоступна ему в реальной жизни [5].

Между детьми в процессе игры формируются два типа отношений: отношения, определяемые правилами, содержанием игры; реальные отношения, проявляющиеся по поводу игры.

С.А. Козлова отмечает, что «трудовая деятельность дошкольника предполагает самообслуживание (прежде всего уход за собой), бытовой труд (например, помощь старшим по уходу за территорией, за растениями), ручной труд (изготовление поделок, елочных украшений, подарков и другое с использованием разнообразных материалов)» [Ошибка! Источник ссылки не найден., с. 52]. Закладываются предпосылки трудовой активности уже в раннем возрасте. Возникая в предметной деятельности, они объединены с развитием произвольных движений, формированием орудийных, предметных действий, нахождением связей между результатом и действием, склонностью ребенка к самостоятельности в разрешении простых практических задач самообслуживания. В дальнейшем, интерес к некоторым действиям с предметами обнаруживается в желании ребенка подражать действиям взрослых с предметами, наблюдать за их трудовой деятельностью.

Итак, в качестве важнейших путей овладения дошкольником социальным опытом выступают такие виды деятельности, как обучение, общение, игра, труд.

1. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. - СПб.: Союз, 2003. - 91 с.
2. Галагузова, М.А. Социальная педагогика: курс лекций / М.А. Галагузова. - М.: Владос, 2013. - 416 с.
3. Козлова, С.А. Дошкольная педагогика: учебник / С.А. Козлова, Т.А. Куликова. - М.: Академия, 2014. - 415 с.
4. Лисина, М.И. Проблема онтогенеза общения / М.И. Лисина. - М., 1986. - 143 с.
5. Плотникова, Е.Е. Развитие познавательной активности детей в условиях материнской школы: монография / Е.Е. Плотникова. - Борисоглебск, 2012. - 150 с.
6. Плотникова, Е.Е. Функции материнской школы в аспекте непрерывного образования / Е.Е. Плотникова // Детский сад от А до Я. - 2015. - № 4 (76). - С. 69-80.
7. Эльконин, Д.Б. Психология игры / Д.Б. Эльконин. - М.: Владос, 1999. - 360 с.

Аксенова О.В.**Сущность и содержание понятия «социальный опыт» в аспекте дошкольного образования***МКДОУ БГО Детский сад № 1 комбинированного вида
(Россия, Воронежская обл., г. Борисоглебск)**doi: 10.18411/lj-04-2018-03**idsp: 000001:lj-04-2018-03***Аннотация**

В статье анализируется сущность понятия «социальный опыт», раскрывается его содержание в контексте дошкольного образования. Социальный опыт личности рассматривается в соотнесенности с такими понятиями, как субъектный, субъективный, а также индивидуальный и личностный опыты. Выделяются особенности восприятия окружающего мира дошкольниками.

Ключевые слова: социальный опыт, дошкольное образование, дошкольник, восприятие окружающего мира.

Сущность и содержание понятия «опыт» исследовали такие ученые как Г.М. Андреева, Дж. Беркли, Ф. Бэкон, Л.С.Выготский, К. Гельвеций, Т. Гоббс, Р. Декарт, Д.Дидро, И. Кант, Г. Лейбниц, Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, Д. Юм и др. Размышляя о структуре и сущности опыта, каждый философ, психолог, педагог имел в виду либо идеалистическую, либо материалистическую его основу.

По мнению В.И. Молчанова, «социальный опыт, во-первых, принадлежит к видам опыта, обусловленным философией, во-вторых, являясь априори стандарта, ориентирован на функциональные связи, в нем доминирует идентификация, а время оценивается как стандарт функционирования социальных институтов. Данный опыт характеризуется включением человека в социальную группу, принятием социальной роли, следованием стереотипам (мода, языковые клише, формы образования) и т.д.» [4, с. 54].

А.Я. Флиер отметил, что сама дефиниция социального опыта сложнее, чем кажется первоначально. Еще в произведениях Ж.-Ж. Руссо в значении социального опыта было упомянуто понятие «жизненный опыт». П.В. Корнеев подчеркивает значимость духовного начала жизненного опыта, которое выражено в «переработке» поступков и событий путем сравнения, переживания, обобщения [3].

Ребенок поэтапно включается в социум, становясь, в ходе освоения социального опыта, его полноценным членом.

Д.И. Фельдштейном условно выделяются две позиции ребенка в отношении к обществу: «Я и общество» и «Я в обществе». Находясь в позиции «Я в обществе», ребенок пытается понять свое «Я», свои личностные качества, возможности через предметно-практическую деятельность. В позиции «Я и общество» ребенок уже стремится осмыслить себя в качестве субъекта общественных отношений. Данная позиция разворачивается в условиях деятельности, обращенной на освоение норм человеческих взаимоотношений, в условиях признания его индивидуальности, ответственности и самостоятельности [8].

Ребенок в дошкольном возрасте успевает освоить обе позиции. К шести годам он уже достаточно понимает общественный смысл разных видов человеческой деятельности, осваивая в игре определенный набор социальных ролей, способен осмыслить ценность общего дела и встать на позицию другого человека.

Дошкольный период характеризуется усвоением детьми особого рода социально выработанных средств: сенсорных эталонов и опосредуемых ими перцептивных действий, то есть действий восприятия (Л.А. Венгер, А.В. Запорожец). Среди особенностей восприятия окружающего мира дошкольниками можно выделить:

- 1) наблюдательность;
- 2) любознательность;
- 3) эмоциональность;
- 4) способность к анализу ситуации;
- 5) способность отмечать свойства объекта с учетом гендерного фактора [1].

По мнению С.В. Онощенко, социальный опыт ребенка в самом общем виде может быть раскрыт как результат его опосредованного или непосредственного взаимодействия с обществом в процессе разнообразных видов деятельности (игровой, познавательной, трудовой, художественно-творческой, коммуникативной), выражающийся в компетентности, отношении к окружающему миру и поведении [5].

Голицына Н.С. полагает, что «овладеть социальным опытом - значит не просто *усвоить* сумму сведений, образцов, а *научиться* тем способам деятельности и общения, результатом которых он (опыт) и является» [2, с. 32]. Следовательно, каждому человеку предстоит не просто освоить социальный опыт, а необходимо присвоить его, и только тогда он станет социальным опытом личности, который можно соотнести с такими понятиями, как субъектный, субъективный, а также индивидуальный и личностный опыты.

Субъективный опыт (связан с переживаниями) - психологическое понятие, ориентировано на то, что восприятие реальности определяется свойствами организма, например, сенсорных систем [1].

Субъектный опыт личности как результат развития ее индивидуальности включает операциональный (некоторые практические умения и навыки), аксиологический (ценностные ориентации человека) и личностно-творческий (развитые во взаимодействии с окружающим миром способности) компоненты.

Складывается субъектный опыт из совокупности усвоенных человеком видов деятельности, общения, поведенческих актов, первоначально представленных в его жизнедеятельности в виде разрозненных, а затем взаимосвязанных актов целенаправленной активности. Под субъектным опытом имеется в виду изначально присущая индивидуально организация практической и умственной деятельности, имеющая определенное содержание, источники, структуру и функции [1].

Главное отличие субъективного от субъектного опыта сконцентрировано на восприятии окружающего мира. Если субъектный опыт выражается в активности личности посредством конкретных ее видов деятельности.

По аналогии обстоит ситуация с *индивидуальным* (опыт анализируется как запечатление, привыкание, образование простейших условных рефлексов, сложных речевых и двигательных навыков, реакций сенсорного различения и т.д.) и *личностным опытом*. В последнем случае опыт раскрывается с помощью понятия функциональной грамотности, как человеческой способности вступать в отношения с внешней средой, предельно быстро приспосабливаться и функционировать в ней [6].

Функциональная грамотность, в отличие от *элементарной грамотности* как способности личности читать, понимать прочитанное, составлять короткие простые тексты и выполнять арифметические действия - есть атомарный уровень знаний, умений и навыков, обеспечивающий нормальное функционирование личности в системе общественных отношений, считающийся минимально необходимым в конкретной культурной среде для осуществления жизнедеятельности личности [7].

Итак, субъективный и личностный опыт взаимосвязаны между собой по таким основаниям как: личность и ее индивидуальные проявления. И если индивидуальный и субъектный опыты по большей части основаны на специфике развития физиологических и психических процессов человека, в частности на сенсорных характеристиках восприятия им мира, то субъективный и личностный опираются на общественные составляющие развития личности.

Рассмотренные положения позволяют проецировать данные виды опыта (в частности субъективный и личностный) на социальный опыт дошкольника и более полно представить его структуру.

Таким образом, социальный опыт дошкольника, как личностное новообразование, выступает результатом овладения ребенком в доступных ему формах окружающей социальной действительности. Он проявляется в социальных понятиях и представлениях, отношениях к социальному кругу жизнедеятельности взрослых, навыках социального функционирования и признаках общественной мотивации поведения.

1. Венгер, Л.А. Психология / Л.А. Венгер, В.С. Мухина. - М.: Просвещение, 1988. - 335 с.
2. Голицына, Н. С. Ознакомление дошкольников с социальной действительностью / Н.С. Голицына. - М.: Мозаика-Синтез, 2005. - 40 с.
3. Кудрявцев, В.Т. Личностный рост ребенка в дошкольном образовании / В.Т. Кудрявцев. - М.: Макс-Пресс, 2005. - 396 с.
4. Молчанов, В.И. Различение и опыт: феноменология неагрессивного сознания / В.И. Молчанов. - М.: Колеров, 2014. - 326с.
5. Онощенко, С.В. Назначение игрушки в социальном развитии дошкольника / С.В. Онощенко // Психолог в детском саду. - 2010. - №1. - С. 83-97.
6. Плотникова, Е.Е. Развитие познавательной активности детей в условиях материнской школы: монография / Е.Е. Плотникова. - Борисоглебск, 2012. – 150 с.
7. Плотникова, Е.Е. Функции материнской школы в аспекте непрерывного образования / Е.Е. Плотникова // Детский сад от А до Я. - 2015. - № 4 (76). - С. 69-80.
8. Фельдштейн, Д.И. Психология развития личности в онтогенезе / Д.И. Фельдштейн. - М.: Педагогика, 1999. - 208 с.

Андреасян К.Б., Белова Я.А.

Сравнительный анализ структурного содержания соревновательных композиций команд финалисток чемпионатов мира 2015-2017гг. по чир-фристайлу

РГУФКСМиТ

doi: 10.18411/lj-04-2018-04

idsp: 000001:lj-04-2018-04

Введение. Черлидинг - ациклический, сложно-координационный вид спорта, представляющий собой систему специально подобранных физических упражнений и методических приёмов, выполняемых с помпонами под ритмичное музыкальное сопровождение, по определенным правилам, с использованием атрибутов и кричалок . [1,6]

С 2016г. Международный олимпийский комитет присвоил Черлидингу предварительный статус олимпийского вида спорта. На сегодня он насчитывает более 100 национальных федераций и 4,5 миллиона спортсменов.

Несмотря на его популярность, вид спорта мало изучен. [1,2,4,5] Поэтому **актуально** выявить структурный состав и тенденции изменения содержания соревновательных программ в чир-фристайл группах с целью создания модельных характеристик для коррекции содержания тренировочного процесса в этом виде спорта и составления конкурентоспособных композиций мирового уровня. [3,7]

Цель исследования заключается в проведении сравнительного анализа структурного содержания соревновательных композиций команд финалисток чемпионатов мира 2015-2017гг. по чир-фристайлу на основе разработанной классификации элементного состава.

Методы исследования:

1. Анализ общетеоретической и специальной литературы по теме исследования.
2. Анализ видеоматериалов

3. Педагогические наблюдения
4. Методы математической статистики.

Результаты исследования. На основании изученной литературы, правил соревнований, анализа видеозаписей соревновательных программ, наблюдения за тренировками и соревнованиями мы пришли к выводу о том, что соревновательные композиции чир-фристайл делятся на следующие структурные группы: *повороты, прыжки, упражнения на гибкость, акробатика, хореография в партере, перестроения.*

Для более детального изучения композиций мы составили следующую классификацию элементов, по которой анализировали выступления всех команд: *махи, шпагаты, пируэты, фуетэ, лип-прыжки, чир-прыжки, акробатика (одним спортсменом), акробатические взаимодействия, хореография в партере.*

На рисунках 1, 2, 3, 4 и 5 представлены процентные соотношения среднего времени, отводимого на каждую структурную группу в композициях участников чемпионатов Мира 2010 и 2015-2017 гг.

Рисунок 1 - Содержание композиций аутсайдеров 2015-2017 гг.

Видно, что у команд - аутсайдеров пируэты и фуетэ составляют 15,9% всего упражнения, прыжки 9,05%, 4,4% - акробатика и 4,9% - акробатические взаимодействия. Отсутствуют шпагаты. Количество махов составило $5 \pm 2,5$. Большая часть времени композиции приходится на хореографию в партере 10,1 %.

Рисунок 2 – Содержание композиций команд, занявших с 4-го по 7-е места, чемпионатов мира 2015-2017 гг.

Наибольшая доля времени приходится на хореографию в партере – 7,8% и фуэтэ – 8,5 % .

Рисунок 3 – Содержание композиций призеров 2015-2017 гг.

У призеров увеличено время выполнения фуэтэ. Количество и время выполнения лип-прыжков и чир-прыжков уменьшилось в сравнении с предыдущими показателями. Среднее время выполнения акробатики одним спортсменом увеличено почти в два раза. В среднем командами было выполнено 2 маха за 1 с, что говорит о быстром темпе и динамичном выполнении.

Рисунок 4 – Содержание композиций победителей 2015-2017 гг.

Из рисунка 4 можем сделать вывод о том, что меньше всего в композициях использовались шпагаты и махи. Наибольший процент выпадает на пируэты и фуэтэ. Среднее количество лип-прыжков 6, почти укладывается в 6 с – минимальный разрыв между количеством и временем, что говорит о скорости и быстроте движений. Та же тенденция наблюдается в чир-прыжках.

Для сравнения мы проанализировали композиции выступлений 2010 года, с целью выявить основные тенденции изменения в построении композиций чир-фристайл.

Наглядно видно, что в композициях отсутствовала акробатика и акробатические взаимодействия. Это объясняется тем, что в 2010 году в правила дисциплины чир-фристайл не была введена эта категория и в соревновательной композиции акробатика была запрещена.

Большая часть времени приходится на лип-прыжки и фуэтэ. Время выполнения махов значительно больше - 4,6%.

Рисунок 5 – Состав композиций победителей чемпионата Мира 2010 года.

Что касается перестроений, то самое короткое время композиций оказалось у команд-чемпионов. При этом, почти максимальное количество перестроений - $22,2 \pm 2,4$ с. они выполняют за минимальное время $54,6 \pm 6,06$ с. Это свидетельствует о том, что за столь короткое время композиции они успевают показать каждый структурный элемент с высокой скоростью и техничностью, а также выполнить множество виртуозных перестроений, т. е. равномерно насытить композиции сложными элементами и соединениями.

Самое минимальное количество перестроений совершили команды аутсайдеров.

Выводы

1. Выявлены основные структурные группы элементов композиций чир-фристайл: махи, шпагаты, пируэты, фуэтэ, лип-прыжки, чир-прыжки, акробатика (одним спортсменом), акробатические взаимодействия, хореография в партере.
2. Определены модельные характеристики соревновательных композиций в дисциплине чир-фристайл: перестроения – $47,9 \pm 6,2\%$, фуэтэ – $10,2 \pm 2,3\%$, пируэты – $9,8 \pm 2,8\%$, лип-прыжки – $8,7 \pm 1,7\%$, хореография в партере – $6,4 \pm 1,5\%$, чир-прыжки – $4,4 \pm 0,8\%$, махи – $3,6 \pm 0,5\%$, акробатические взаимодействия – $3,4 \pm 0,8\%$, акробатика – $3,1 \pm 0,4\%$ и шпагаты – $2,5 \pm 0,7\%$.

1. Бодренкова И.А., Луценко Л.С., Лучко О.Р., Шепеленко Т.В. Оценочные шкалы элементов сложности в черлидинге.
2. Зинченко И.А. Особенности построения тренировочного процесса спортсменов в черлидинге на этапе специализированной базовой подготовки / И.А. Зинченко //., 2009. – №3. – С. 52-55.
3. Черлидинг. Программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. Москва 2010г.
4. Coaching Youth Cheerleading (Coaching Youth Sports Series) by ASEP: Human Kinetics, 2009. – 152 с. 36
5. Pom Headridge, Nancy Garr: Developing A Successful Cheerleading Program (Developing a Successful Program) – Coaches Choice Books, 2004. – 124 p.
6. www.cheerleading.ru
7. www.cheerleading.su

Загоровская Н.В., Архипенкова Е.О.**Зрители и конкурсные программы в спортивных мероприятиях***РГУФКСМиТ**doi: 10.18411/lj-04-2018-05**idsp: 000001:lj-04-2018-05*

Невозможно представить себе праздники, проводимые в настоящее время, без зрителей. Что же приводит людей на праздничные зрелища: выступление артистов, музыка, звучащая далеко за пределами проводимого действия и привлекающая к себе внимание, ведущий-зазывала или что-то другое?

Без выше перечисленных средств выразительности при организации праздничного действия не обходится ни один праздник, но мы хотели бы остановиться на еще одном – конкурсах.

Не секрет, что любую праздничную программу сопровождают развлекательные конкурсы и двигательные активности, улучшающие настроение, повышающие самооценку, способствующие полноценному отдыху и созданию праздничной атмосферы.

В настоящее время, все организаторы праздничных действий обязательно включают в свою праздничную программу различные конкурсы для привлечения и активизации зрителей.

Зрителям предлагается вместе спеть, станцевать на своих местах, иногда зрителей приглашают на сцену для участия в различных конкурсах или предлагают поучаствовать в конкурсах на специально подготовленных площадках, где за победу они получают призы. Призы могут быть очень простыми, но дело не в призе, а в том адреналине, удовольствии, радости, интересе, самоутверждении, которые зрители получают от участия в конкурсах.

Конкурсные программы – это соревнования в какой-либо деятельности, поэтому любой ее вид может лечь в основу конкурса.

Конкурсные программы являются мощным стимулом к развитию и совершенствованию человеческих качеств, а также сформировать самооценку, развить волевые качества, воспитать эстетический вкус, определиться в увлечениях и т.п.

Конкурсные программы пользуются популярностью у всех групп населения.

Целью развлекательных конкурсных программ является отдых и создание атмосферы хорошего настроения.

Чаще всего такие программы строятся в игровой форме, с выполнением различных конкурсов и заданий.

В наши дни такие программы пользуются большим спросом при организации городских массовых празднеств на специально отведенных площадках. О таких площадках знают все жители города и с удовольствием идут туда всей семьей. Совместный семейный досуг является механизмом сплочения членов семьи, разрешения конфликтов, достижения общих целей и ценностей.

Участие всей семьи в подобных праздниках способствует накоплению положительной эмоциональной энергии и укрепляет связи взрослых и детей, особенно, когда дети и родители участвуют в конкурсах вместе, например, это могут быть различные эстафеты, «перетягивание каната», построение на время каких-либо фигур, забрасывание в корзину или кольцо мячей, «ловля рыбы», «семейные лыжи» и т.п.

Можно задаться вопросом: «Почему же так востребованы конкурсы и конкурсные программы?». Ответ очень простой: во-первых, каждый взрослый хранит как самые дорогие воспоминания впечатления, полученные в детстве на празднике, и всегда стремится пережить эти мгновения еще раз вместе со своими детьми; во-вторых, для детей – это благоприятная почва для преодоления каких-либо недостатков посредством

собственной активности, а кроме того, это возможность проявить себя, продемонстрировав свои качества, как перед своими родителями, так и перед сверстниками. Немаловажную роль здесь, конечно же играет тот факт, что наши дети, практически не играют в подвижные и спортивные игры, мало гуляют, так как сидят за своими «гаджетами».

В заключении можно сказать, что праздник с использованием развлекательных конкурсных программ является действенным средством эмоционального воздействия на все группы населения.

1. Аникеева, Н.П. Воспитание игрой [Текст]/ Н.П.Аникеева. - М.: Просвещение,1987.- С.12.
2. Зайцева, О.В. На досуге [Текст]/О.В.Зайцева, Е.В. Карпова. -Ярославль: АР, 2008.
3. Исаева,И.Ю. Досуговая педагогика [Текст]:учеб.пособие/И.Ю.Исаев.-М.:Флинта, 2010.
4. Туманов, И.М. Режиссура массового праздника и театрализованного концерта [Текст]/И.М.Туманов. - Л.,1974.-С.9.
5. Шульская, Н.А. Калейдоскоп школьных конкурсных программ [Текст]/ Н.А.Шульская. - М., 2008.

Гитайло Е.Н.

Лексические особенности перевода интернет-СМИ

*МФПУ "Синергия"
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-06

idsp: 000001:lj-04-2018-06

Лексика СМИ имеет ярко выраженную эмоционально-экспрессивную окраску, включает разговорные, а порой и просторечные жаргонные элементы. В то время как язык СМИ постоянно модернизируется, в материалах интернет-СМИ появляется всё больше неологизмов, фразеологизмов и разговорной лексики.

С каждым годом словари фиксируют всё больше неологизмов, которые рождаются непосредственно в средствах массовой информации. Постоянно развивающаяся политика, экономика, социальная и техническая сферы являются причинами их появления. При переводе неологизмов на русский язык используются следующие приёмы:

- 1) Транслитерация (например, *vegan* – веган).
- 2) Транскрибирование (например, *interface* – интерфейс).
- 3) Калькирование (например, *cyber store* – интернет- магазин). Переводчики нередко используют комбинированные способы – калькирование наряду с транскрибированием или транслитерацией, как, например, при переводе слова *web-page* – веб-страница.

4) К описательному переводу прибегают в том случае, если трудно передать значение неологизма представленными выше способами, например, когда предмет, явление или понятие, обозначаемое неологизмом, отсутствуют в заимствующей культуре. Довольно часто переводчики параллельно используют транскрипцию, транслитерацию или кальку и описание значения нового слова. Например, *pescetarian* – пескетарианец; человек, добавляющий рыбу к вегетарианской диете.

5) В течение последних лет появился и стал распространён неассимилированный перевод. Например: *WiFi*, *vip*, *sra*, и т.п. Как правило, один и тот же неологизм можно перевести различными способами, однако впоследствии один из вариантов вытесняет другие. Основными критериями для переводчика являются краткость и однозначность толкования, чтобы предложенный вариант был понятен получателю перевода.

Чтобы установить значение неологизма и правильно его перевести, нужно, прежде всего, понять его этимологию, семантику и рассмотреть способ его образования. При образовании, например, английских неологизмов чаще всего используются такие способы

как аффиксация, словосложение, сокращение, аббревиация, конверсия, семантическая деривация, заимствования.

- Аффиксация (префиксация и суффиксация) – один из самых продуктивных способов образования неологизмов в английском языке. (Например, *selfie* - (сущ.): фотографирование себя на телефон и цифровую камеру, *googlable* (то, что можно найти в поисковых системах, *masculinism* (пропаганда доминирующей роли мужчин в обществе)
- Словосложение (Пример, *catfishing* - использование выдуманной личности или выдуманных деталей биографии ради того, чтобы закрутить виртуальный роман; *digital detox* - время, которое человек посвящает реальному, а не виртуальному миру, старается не пользоваться гаджетами, телефоном, компьютером).
- Сокращение (Пример, *anti-vaxxer* (сущ.; от *anti-vaccinationist*) – «анти-ваксер», пренебрежительное наименование человека, который отказывается делать прививки своим детям).
- Аббревиация (Пример, *BYOD* –*Bring Your Own Technology*: практика компании, при которой сотрудникам разрешается использовать в офисе свои собственные компьютеры для работы; *FOMO* –*Fear of Missing Out*: страх пропустить важное или интересное событие, часто появляется при просмотре френдленты в соцсетях).
- Конверсия (*walk-on-by*: «проходящий мимо», безразличный к чужим проблемам; *to amazon* (совершать покупки на сайте *Amazon.com*; *to starbuck* (пить кофе, особенно это касается кофейни «Starbucks»)
- Словослияние (в основном фузии, при которой в звуковом составе нового слова есть общие фрагменты. Слова, появляющиеся в результате словослияния, принято называть словами-слитками, или блендами (*blending*; *blends*) Пример, *infobesity* - (сущ.; *information* + *obesity*) – «инфоожирение», информационная перегрузка; *fatberg* - (сущ.; *fat* + *iceberg*) – «фэтберг», огромный кусок пищевого жира, смешанного с непищевыми отходами, обнаруженный в сточных водах Лондона; *phablet* - смартфон, экран которого больше, чем у телефона, но меньше планшетного компьютера).
- Переосмысление (*cubanization* – кубанизация, т.е. ситуация, когда люди много лет пользуются одним автомобилем и редко покупают новый, образовано суффиксальным способом от глагола *to cubanize* – кубанизировать, сделать кубинским по качеству, при этом значение слова переосмыслилось и сузилось).
- Заимствование (прилагательное *schlumpadinka* – неряшливый, неопрятный, особенно из-за лени и недостатка самоуважения. Происхождение слова точно не установлено, возможно, оно является игривой вариацией идишского *shlumperdik*, «неряшливый, безвкусный»).
- Фразеологизмы (раздельнооформленные образования с полностью или частично переосмысленными компонентами) Пример, *gameboyback* - субстантивная фразема (*gameboy* – линейка портативных игровых устройств) – боль в спине у детей, вызванная злоупотреблением игровых приставок).

Обладая метафоричностью, фразеология придаёт статьям особую выразительность. Среди способов перевода фразеологизмов стоит выделить: описательный перевод, дословный перевод, транскрипцию, транслитерацию. Чаще всего трудности при переводе фразеологизмов в СМИ возникают, когда: 1) в текстах прессы

называются те или иные явления, отсутствующие в принимающей культуре; 2) автор своеобразно-индивидуально использует фразеологизм в текстах периодической печати.

Лексика СМИ на сегодняшний день достаточно эмоциональная и колоритная. В ней присутствует множество разнообразных лексических конструкций, которые порой затрудняют понимание текста. Переводчику приходится выполнять значительную аналитическую работу, чтобы правильно передать в переводе смысловые связи между элементами в английских сочетаниях.

Грамматические особенности перевода интернет-СМИ

Грамматические особенности в переводе можно подразделить на морфологические и синтаксические. Грамматическая специфика публицистического стиля СМИ проявляется ярко в заголовках статей. Заголовок в СМИ играет важную роль. Основная его задача заключается в том, чтобы привлечь внимание читателя, а также он призван в краткой форме изложить содержание статьи или выделить наиболее важные факты. Таким образом, он должен убедить читателя, продемонстрировать ему основную идею публикуемого материала.

Рассмотрим эту грамматическую особенность стиля на примере английских заголовков. Традиционно в них распространены эллиптические формы пассивного залога с опущением вспомогательного глагола *to be* для описания событий как в прошедшем, так и в настоящем времени. Преобладают глагольные заголовки типа: *Floods Hit Scotland*, *William Faulkner Is Dead*, *Exports to Russia Are Rising*. Глагольность обычно сохраняется также в заголовках, состоящих из вопросительного предложения: *Will There Be Another Major Slump Next Year?* Специфическая особенность английского заголовка заключается в возможности опустить подлежащее: *Hires Teen-Agers as Scabs*, *Want No War Hysteria in Toronto Schools*, *Hits Arrests of Peace Campaigners*, etc. Для обозначения будущего времени в заголовках широко используется инфинитив: *America To Resume Testing*, *Laundry Workers To Vote on New Contract*, *World Unions To Fight Monopoly*, etc.

Существует большое число структурно-грамматических переводческих трансформаций, используемых для обеспечения адекватного перевода при грамматической асимметрии языков.

Сложные и осложненные предложения - предложения, имеющее две или более грамматических основ. Для адекватного перевода на уровне сложных и осложненных синтаксических конструкций необходимо иметь в виду две главные особенности английской фразы, а именно:

1. Широкое использование сложноподчиненных предложений в английском языке. Нередко при переводе на русский язык вместо подчинения используется сочинение или же соположение, как в следующих примерах:

I won't see him till Christmas vacation has started. - До начала Рождественских каникул мы с ним не увидимся.

2. Тенденция к спаянности элементов фразы, которая объясняет широкое использование в английском языке инфинитивных оборотов, обособлений и приложений: *I like to watch her dance.* - Мне нравится смотреть, как она танцует.

Причастие - глагольная форма, совмещающая свойства глагола и прилагательного, выражающая качественное действие или состояние как свойство лица или предмета. В зависимости от формы, причастие переводится на русский язык причастием, деепричастием или сказуемым придаточного предложения. В числе трудностей перевода причастия можно отметить следующие:

1. Страдательное причастие в функции определения может стоять после определяемого слова, совпадая при этом по форме с глаголом в Past Simple: *The speed **achieved** made it possible to...* - Набранная скорость позволила...

2. Если причастие имеет после себя предлог, то переводится придаточным определительным неопределенно-личного характера; при этом предлог ставится перед

относительным местоимением, вводящим это придаточное определительное: the book much **spoken of** - книга, о которой много говорят.

3. Причастие, стоящее в начале предложения, может являться частью сказуемого; в этом случае в предложении имеется инверсия, и переводить его надо, начиная с обстоятельства или дополнения, стоящего после причастия, после чего переводится сказуемое и затем подлежащее: **Attached** to the paper are tables and flowcharts. - К статье прилагаются таблицы и схемы.

4. Страдательное причастие в начале предложения в функции обстоятельства переводится безличным придаточным предложением: **Built** a hundred years ago, the house stood still intact. - Дом, который построили сто лет назад, стоял целехонек.

5. Независимый причастный оборот в начале предложения требует в переводе придаточного предложения, начинающегося словами так как, поскольку, как только, если, при этом причастие становится сказуемым придаточного предложения: The work **done**, we were paid right away. - Как только работа была закончена, с нами тут же рассчитались.

Если независимый причастный оборот стоит в конце предложения, он переводится простым предложением в составе сложносочиненного, начинающегося словами **причем, при этом, и, а**, или бессоюзно: The particle moves at great speed, its path **being** a parabola. - Частица движется с огромной скоростью, при этом траекторией ее движения является парабола.

Английский страдательный залог. Форма пассивного залога часто требует изменения структуры предложения в переводе. Наиболее часто ей соответствуют личные и неопределенно-личные формы русского глагола. Например: He was told the sad news. - Ему сообщили грустную новость. Предлоги, стоящие после английских глаголов в пассивном залоге при переводе ставятся перед словом, которое в английском предложении выполняет функцию подлежащего: He will be well taken care of. - О нем хорошо позаботятся.

Мы рассмотрели некоторые из преобразований, которые осуществляет переводчик для адекватной передачи смысла оригинала. Игнорирование тех или иных аспектов функционирования высказывания в оригинале может привести к деформации смысла оригинала в переводе.

1. Белка, Ю. В. Неологизмы английского языка [Электронный ресурс] / Ю.В. Белка // Nauka – Rastudent: электронный научный журнал. – 2014.
2. Беляева, Л.М. Трудности перевода с английского языка на русский / Л.М. Беляева, Т.А. Зражевская М.: Международные отношения, 1972. – 114 с.
3. Ванников, Ю.В. Виды научно-технического перевода: общая характеристика, функции, основные требования / Ю.В. Ванников. - М.: Высшая школа, 1988 - 254 с.
4. Касимова, И.Н. Проблема перевода фразеологизмов газетно- публицистического текста на материале английской прессы: автореферат.
5. Тер-Минасова, С. Язык и межкультурная коммуникация : учеб. / С. Тер-минасова. М.: Слово/Slovo, 2000. – 624 с.

Клецов К.Г., Пешкова А.А.

Предварительная подготовка девочек 4-5 лет к занятиям художественной гимнастикой

РГУФКСМиТ

doi: 10.18411/lj-04-2018-07

idsp: 000001:lj-04-2018-07

Актуальность. Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта художественная гимнастика, минимальный возраст для зачисления девочек в группы начальной подготовки – шесть лет. Для зачисления в группу необходимо сдать

нормативы общей физической и специальной подготовки, то есть необходимо иметь заданный уровень подготовленности. В этой связи вопрос предварительной подготовки детей к занятиям является актуальным.

Содержание занятий с детьми 4-5 лет стандартом спортивной подготовки не регулируется. В научно-методической литературе отсутствует единая методика проведения занятий по художественной гимнастике с детьми дошкольного возраста. В учреждениях дополнительного образования деятельность осуществляется по авторским методикам.

В примерной общеобразовательной программе «От рождения до школы» прописаны требования к основным движениям, которые должны быть освоены детьми дошкольного возраста. Помимо решения задачи зачисления в спортивную школу, использование средств художественной гимнастики может оказать положительное влияние на физическое развитие дошкольников, помочь в освоении основных движений и стать выигрышным плацдармом для начала карьеры в спорте.

Проблема нашего исследования заключается в необходимости научного обоснования методики применения средств художественной гимнастики на занятиях с девочками 4-5 лет, которая в равной степени эффективно способствовала бы решению вопросов освоения основных движений, физического развития и предварительной подготовки к занятиям художественной гимнастикой.

Объект исследования – содержание занятий по художественной гимнастике с девочками 4-5 лет на спортивно-оздоровительном этапе.

Предмет – применение средств художественной гимнастики на занятиях с девочками 4-5 лет.

Цель исследования – разработать методику применения средств художественной гимнастики на занятиях с девочками 4-5 лет.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что если в основу методики занятий с девочками 4-5 лет заложить итоги теоретического анализа требований нормативных документов дошкольного образования и спортивной подготовки (ПОП ДО, ФГОС ДО, ФССП), то можно получить эффективную методику совершенствования основных движений, физического развития и предварительной подготовки в художественной гимнастике.

Практическая значимость. Разработанная методика может применяться в учреждениях дополнительного образования детей, а также в качестве отдельной секционной деятельности с девочками.

Задачи исследования:

1. Провести анализ нормативных документов и определить требования к двигательной подготовке детей 4-5 лет, а также требования для зачисления в спортшколу по художественной гимнастике.
2. Разработать методику предварительной подготовки девочек 4-5 лет к занятиям по художественной гимнастике.
3. Экспериментально обосновать эффективность разработанной методики.

Методы исследования

1. Анализ и обобщение научной и методической литературы.
2. Анализ документальных материалов.
3. Тестирование.
4. Педагогический эксперимент.
5. Методы математической статистики.

Для проведения исследования были организованы две группы девочек 4-5 лет (по восемь в каждой группе). Испытуемые были здоровы и имели одинаковый уровень физического развития. Девочки из обеих групп два раза в неделю посещали физкультурные уроки в детском саду. Контрольная группа (КГ) помимо физкультурных занятий посещали занятия по ритмике два раза в неделю. В экспериментальной группе

(ЭГ) проводились секционные занятия по разработанной методике, с применением средств художественной гимнастики два раза в неделю.

Нами был проведен анализ соответствия нормативов к зачислению в спортивную школу и требований к освоению основных движений (Табл. 1).

Таблица № 1

Таблица соответствия нормативов к зачислению в спортивную школу и требований к освоению основных движений

Нормативы ФССП	Требования ПОП ДО «От рождения до школы»
Прыжки толчком двух ног	Умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжке на двух ногах на месте и с продвижением вперед, умение сохранять равновесие при приземлении после прыжков в длину и в высоту
И.П. - сед, ноги вместе Наклон вперед Фиксация положения 5 счетов	Развитие гибкости
И.П. - лежа на животе «Рыбка» - прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног Измеряется расстояние между лбом и стопами	Развитие гибкости
И.П. - стойка ноги вместе, руки вверх, в замок. Отведение рук назад	Развитие гибкости
Равновесие на одной, другую согнуть вперед, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны	Развитие координационных способностей

В результате анализа, мы пришли к заключению о том, что нормативы к зачислению в спортивную школу по художественной гимнастике не выходят за рамки требований к освоению основных движений для детей в данном возрасте, а лишь уточняют их.

На основании анализа ФГОС ДО, ПОП ДО «От рождения до школы» и ФССП нами определены: требования к выполнению основных движений; основные движения, которые могут эффективно развиваться средствами художественной гимнастики;

Для совершенствования каждого основного движения были подобраны специальные гимнастические упражнения (Табл. 2).

Таблица №2.

Комплексы гимнастических упражнений для совершенствования основных движений (пример)

Требования стандарта	Средства гимнастики
Умение ходить и бегать с согласованными движениями ног и рук	Гимнастические шаги: 1) мягкий шаг (с носка с коротким перекатом на пятку с легким сгибанием ног без колебаний в вертикальной плоскости); 2) высокий шаг (с высоким подниманием бедра и разгибанием маховой ноги); 3) острый шаг (с выставлением на носок согнутой ноги, голень которой параллельна опорной голени; выполняется резко, отрывисто); Гимнастический бег: 1) мягкий бег (с безопорной фазой и более эластично); 2) перекаточный бег (с безопорной фазой и более эластично); 3) пружинный бег (состоит из ряда подскоков и поочередными толчками ног);
Умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы	1) Ползание под натянутой и низко опущенной скакалкой (с каждой попыткой опускаем предмет ниже) 2) Задание для проведения весёлых стартов: в конце дистанции партнер по команде держит обруч, в который бегущему необходимо пролезть и взять обруч для повторения задания следующим ребенком, державший обруч первым бежит обратно и передает эстафету

Умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжке на двух ногах на месте и с продвижением вперед	Прыжки: 1) толчком двух ног <ul style="list-style-type: none"> • выпрямившись (выполняются на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, с поворотами на 90, 180, 360 градусов); • согнув ноги назад (прогнуться и слегка согнуть ноги так, чтобы между туловищем и бедрами не было угла).
---	--

Помимо разработки комплексов упражнений для освоения основных движений, мы также разработали специальные упражнения для успешного освоения нормативов для зачисления в спортивную школу по художественной гимнастике (Табл. 3).

Таблица № 3.

Комплексы специальных упражнений для подготовки к зачислению в спортивную школу по художественной гимнастике (пример)

Нормативы ФССП	Комплексы упражнений специальной подготовки
И.п. - лежа на животе «Рыбка» - прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног Измеряется расстояние между лбом и стопами (Развиваемое качество – гибкость)	1) И.п. – лежа на животе, прогиб назад в упоре на руках, ноги прямые, головой пытаемся коснуться пятой точки 2) И.п. – лежа на животе, упражнение «корзинка»: левой рукой захватываем левую ногу, правой – правую, стараемся выпрямить ноги, стремясь вверх к потолку, фиксируем положение 5-7 секунд
И.п. - стойка ноги вместе, руки вверх, в замок. Отведение рук назад (Развиваемое качество – гибкость)	1) И.п. – лежа на животе, лоб прижат к полу, руки вверх в замок, стараемся отвести руки за голову 2) И.п. – стойка ноги на ширине плеч, поочередно заводим руки за голову и тянем к противоположному плечу, свободной рукой берем за локоть вторую и помогаем растягиваться

Для оценки эффективности разработанной нами методики был проведен сравнительный педагогический эксперимент.

По завершению педагогического эксперимента было проведено тестирование, в которое были включены пять контрольных испытаний, которые учитываются при поступлении в ДЮСШ и испытания на соответствие нормативам возрастного физического развития.

По окончании педагогического эксперимента спортсмены ЭГ по показателям восьми из четырнадцати тестов статистически значимо превосходили испытуемых КГ, что явилось закономерным следствием применения средств художественной гимнастики на проводимых занятиях.

По четырем показателям из пяти, которые учитываются при зачислении девочек в спортивную школу, результаты девочек из ЭГ статистически достоверно превосходят показатели КГ.

Выводы

1. Требования к двигательной подготовки девочек 4-5 лет включают в себя набор основных движений. Часть из них, например, прыжковые упражнения, упражнения на гибкость, координацию и вестибулярную устойчивость учитываются при зачислении в спортивную школу по художественной гимнастике в группу начальной подготовки.

2. Методика предварительной подготовки девочек к занятиям по художественной гимнастике должна включать в себя: раздел подготовки основных движений и раздел формирования специальных двигательных навыков. При этом оба раздела могут базироваться на применении средств художественной гимнастики.

3. Экспериментально обоснована эффективность разработанной методики. Девочки ЭГ достоверно превосходили девочек КГ в 8 из 14 испытаний.

4. Разработанная нами методика позволяет эффективно комплексно содействовать задачам физического развития дошкольников путем совершенствования основных

движений детей в соответствии с возрастом, а также задачам успешного прохождения вступительных испытаний для зачисления в спортивные школы.

1. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014. — 368 с.
2. 2.Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва).
3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта художественная гимнастика (утв. приказом Министерства спорта РФ от 5 февраля 2013 г. № 40).

Клецов К.Г., Парахин В.А.

Содержание акробатических элементов в соревновательных упражнениях у спортсменов высокой квалификации в дисциплине чир-фристайл-двойка чир спорта

*Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-08

idsp: 000001:lj-04-2018-08

Аннотация

В статье определяются модельные характеристики содержания акробатических элементов в соревновательных программах спортсменов высокой квалификации в чир спорте. Разработанные модельные характеристики соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации будут способствовать оптимизации тренировочного процесса, в качестве ориентиров к постепенному повышению сложности соревновательного упражнения для достижения оптимально-максимального результата.

Ключевые слова: чир спорт, содержание соревновательных упражнений.

Введение. Актуальность. Правила соревнований по чир спорту определяют, что акробатические упражнения в дисциплине чир-фристайл-двойка разрешены, но не обязательны. При этом, критерии оценки дуэтных выступлений содержат компоненты сложности и зрелищности, которые подразумевают существенное повышение оценки за сольно исполненные акробатические элементы и партнерские взаимодействия, в том числе с применением элементов акробатики. В состав разрешенных акробатических элементов включены элементы с вращением через голову без фазы полета, воздушные элементы с фазой полета с опорой и без опоры на руки с некоторыми ограничениями. При этом относительно не высокая сложность разрешенных элементов компенсируется высоким темпом их исполнения, возможностью соединения с элементами других структурных групп и высокой насыщенностью программы.

Основной задачей подготовки является достижение наивысшей готовности к успешному выступлению на соревнованиях. Все большую роль приобретает грамотное моделирование содержания соревновательных упражнений и своевременное достижение оптимальных модельных характеристик в процессе подготовки [1-7].

Поэтому решение проблемы эффективной подготовки спортсменов, посредством определения модельных характеристик техники исполнения элементов и компонентов программы, содержания и сложности соревновательной программы и модельной оценки на соревнованиях различного масштаба - представляется нам актуальной.

Проблема исследования заключается в необходимости определения модельных характеристик содержания акробатических элементов в соревновательных программах достаточных для успешного выступления на основных мировых и Европейских стартах.

Объект исследования: модельные характеристики содержания соревновательных упражнений спортсменов высокой квалификации в чир спорте.

Предмет исследования: модельные характеристики содержания акробатических элементов в соревновательных упражнениях, призеров чемпионата мира 2017 года в дисциплине чир-фристайл-двойка.

Цель исследования: определить модельные характеристики содержания акробатических элементов в соревновательных упражнениях спортсменов - призеров на чемпионате мира 2017 года в дисциплине чир-фристайл-двойка.

Гипотеза исследования: если проанализировать соревновательную деятельность ведущих спортсменов мира, то можно определить модельные характеристики содержания акробатических элементов соревновательных программах, необходимые для успешного выступления на престижных мировых и Европейских соревнованиях.

Практическая значимость: определение модельных характеристик соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации на чемпионатах мира. Полученные результаты могут быть применены в практике подготовки высококвалифицированных спортсменов в чир спорте.

Задачи исследования:

1. Определить модельные характеристики содержания акробатических элементов в соревновательных упражнениях у ведущих спортсменов мира в дисциплине чир-фристайл-двойка чир спорта (модель призера).

Методы исследования:

1. Анализ научно – методической литературы.
2. Педагогические наблюдения (по видеозаписи).
3. Методы математической статистики.

Результаты исследования.

Нами были проведены педагогические наблюдения за призерами чемпионата мира 2017 года в дисциплине чир-фристайл-двойка.

В результате наблюдений определено, что в составе программ было исполнено в среднем 4 ± 1.4 акробатических элемента сложности или соединений элементов различных структурных групп.

Рассмотрим отдельно исполненные акробатические элементы и их соединения.

Таблица 1

Акробатические элементы

Спортсмены - призеры	№ элемента в упражнении	Наименование элемента / состав соединения
1	7	медленный переворот назад (сольно одним из партнеров)
	9	темповой переворот вперед
	10	маховое сальто вперед
2	11	маховое сальто вперед
3	1	темповой переворот вперед на одной руке
	8	переворот боком (колесо) на одной руке одним из партнеров / переворот боком (колесо) на предплечьях вторым из партнеров + медленный переворот назад на предплечьях одним из партнеров / кувырок назад через плечо вторым из партнеров
3	7	темповой переворот вперед на одной руке
	8	маховое сальто боковое + маховое сальто боковое
	13	подъем разгибом с головы
	20	медленный переворот назад (сольно одним из партнеров) + статическое акробатическое взаимодействие

Сольные акробатические элементы сгруппированы исполнителями в середине программы. В среднем выполняется $2,5 \pm 1,29$ отдельных и сгруппированных акробатических элемента. В программах всех призеров исполняемые акробатические элементы и соединения не повторяются, что свидетельствует о высокой координационной сложности, объеме и разносторонности акробатической подготовки.

Наиболее сложным содержанием программы являются соединения элементов различных структурных групп. В программах призеров чемпионата мира 2017 года было исполнено в среднем 1-2 соединения акробатических элементов с элементами других структурных групп (табл. 2).

Таблица 2

Соединения элементов различных структурных групп

Спортсмены - призеры	№ элемента в упражнении	Наименование элемента / состав соединения
1	14	прыжок «херки» + кувырок вперед + дроб
	17	поворот в пасе 2 оборота + переворот боком (колесо) на одной руке
2	17	равновесие боковое в шпагат с захватом + кувырок вперед
3	10	равновесие боковое в шпагат + кувырок вперед
	12	мужское фуэте 3 оборота + поворот в пасе 1 оборот + маховое сальто боковое
3	16	гимнастическое взаимодействие + акробатическое взаимодействие (переворот боком с помощью)

Применены соединения прыжков и акробатических элементов с вращением через голову, поворотов и акробатических элементов с переворотом через голову с опорой на руки, равновесий и акробатических элементов с вращением через голову, поворотов и акробатических элементов с переворотом через голову без опоры на руки, гимнастических и акробатических взаимодействий. Соединяемые структуры не повторяются в программе не у одного из спортивных дуэтов, что свидетельствует о высокой координационной сложности упражнений.

Применение сложных соединений концентрировано в завершающей части программы у всех двоек, что свидетельствует о высоком уровне подготовленности спортсменов и стабильности.

Исполнение в среднем $4 \pm 1,4$ акробатических элементов за программу, которая в среднем состоит из $19,25 \pm 0,957$ отдельных и сгруппированных спортивных элементов свидетельствует о высокой насыщенности акробатической соревновательной работы. Плотность акробатической работы составляет 20 % от всей элементной базы.

Выводы. Рассмотренные нами соревновательные упражнения призеров чемпионата мира 2017 года в дисциплине чир-фристайл-двойка чир спорта обладают всеми признаками упражнений высокой координационной сложности, объема и разносторонности техники, а выявленные модельные характеристики могут рассматриваться как модельное упражнение призера в отдельной дисциплине.

1. Аркаев, Л. Я. Как готовить чемпионов : теория и технология подготовки гимнастов высшей квалификации / Л. Я. Аркаев, Н. Г. Сучилин. – М.: Физкультура и спорт, 2004. – 325.
2. Аркаев, Л. Я. Концепция интегральной подготовки и ее основные технологические компоненты / Л. Я. Аркаев, Р. Н. Терехина, Н. Г. Сучилин // Педагогический профессионализм в сфере физической культуры и его формирование в системе высшего образования : материалы межвуз. науч.- практ. конф. – СПб., 1996. – С. 3-6.
3. Аркаев, Л. Я. Методологические основы современной системы подготовки гимнастов высшего класса / Л. Я. Аркаев, Н. Г. Сучилин // Теория и практика физической культуры. – 1997. - №11. – С. 17-25.
4. Винер, И. А. К вопросу об экспертной оценке исполнительского мастерства в художественной гимнастике / И. А. Винер // Материалы науч.- практ. Конф., посвященной 100-летию со дня рождения Л. П. Орлова / СПбГАФК.- СПб., 2001. – С. 102-104.

5. Винер, И. А. Подготовка высококвалифицированных спортсменов в художественной гимнастике : автореф. дис. ... канд. пед. наук / И. А. Винер. – СПб., 2003. -20 с.
6. Клецов, К.Г. Модельные характеристики содержания соревновательных упражнений у спортсменов высокой квалификации в дисциплине чир - фристайл - двойка чир спорта (модель чемпиона) // Совершенствование системы подготовки в танцевальном спорте: материалы XVII Всероссийской научно-практической конференции 6 марта 2018 г. / под. ред. В.А. Александровой. – М.: РГУФКСМиТ, 2018. –87 с.
7. Чаюн, Д.В. Модель соревновательной программы для отборочных и основных стартов в спортивной аэробике / Чаюн Д.В., Клецов К.Г. // Вестник Тюменского государственного университета. Гуманитарные исследования. Humanitates. 2017. Том 3. № 1. С. 280-289. DOI: 10.21684/2411-197X-2017-3-1-280-289

Кузьмичева Е.В., Загоровская Н.В., Салахудинова Е.С.
Олимпийская миля

РМСХП им. В.А.Губанова

doi: 10.18411/lj-04-2018-09

idsp: 000001:lj-04-2018-09

Одной из важных задач олимпийского движения, которое основано на признании огромного социального значения, гуманистической ценности спорта, спортивных соревнований и целенаправленной подготовки к ним для человека и человечества является гармоничное и всестороннее развитие личности.

Олимпийский девиз "Быстрее, выше, сильнее" ориентирует спортсменов на высокие спортивные достижения, рекорды, победы. Однако согласно философии олимпизма, которая зародилась еще в Древней Греции, атлет не должен стремиться к победе любой ценой. Он должен демонстрировать честное, благородное, рыцарское поведение в спортивных поединках, исходя из убеждения в том, что самое главное в этих соревнованиях - не победа над соперником, а собственное совершенствование, преодоление своих слабостей и недостатков.

Вместе с тем в рамках олимпийского движения ставится задача, чтобы активные занятия спортом, участие в олимпийских соревнованиях не приводили к одностороннему, уродливому развитию человеческой личности, чтобы спортсмен-олимпиец был гармонично и всесторонне развит. Как минимум, такое развитие спортсмена предполагает, что он должен сочетать физическое совершенство, здоровье и красоту физически развитого тела с высоконравственными качествами - честностью, великодушием, бескорыстностью, демонстрируя их и в спорте.

Задача гармоничного и всестороннего развития атлетов-олимпийцев (особенно в ее узком истолковании) часто упоминается при характеристике целей и задач олимпийского движения, в том числе в официальных документах. Однако в иерархии разных целей и задач этого движения приоритет обычно отдается не этой задаче, а каким-то другим. Ее практической реализации существенно препятствует целый ряд факторов: общая система ценностей, принятых в обществе, в которой господствует ориентация на узкопрофессиональное, одностороннее, а не на гармоничное и всестороннее развитие, преобладает стремление к достижению успеха любой ценой; применяемая на практике модель олимпийских соревнований, предусматривающая моральное и материальное поощрение главным образом (и наиболее ценными, значимыми призами) тех, кто показывает высокие результаты в определенном виде спортивной деятельности; низкий уровень гуманитарной подготовленности тренеров и др. Сама задача редко формулируется достаточно четко и определенно.

В своем реальном поведении участники олимпийских соревнований обычно ориентируются на иные ценности. Не случайно поэтому, широкое распространение получило мнение о спортсменах, в том числе олимпийцах, как о физически крепких,

здоровых людях, способных показывать самые высокие результаты в спорте, но вместе с тем имеющих ограниченный интеллект, низкий уровень общей и особенно духовно-нравственной культуры. Стали популярными взгляды о несовместимости активных занятий спортом на "олимпийском уровне" с гармоничным развитием, с достижением высоких результатов в других видах деятельности.

В результате выше изложенного, коллектив кафедры РМСХП им. В.А.Губанова разработал спортивно-развлекательную программу «Олимпийская миля», направленную на формирование гармонически развитой личности

Программа «Олимпийская миля» предлагает участникам проверить свои силы и возможности в спортивно-развлекательном путешествии не зависимо от возраста и уровня подготовки. Веселые конкурсы и соревнования, помогут стать сильным, ловким, быстрым, поверить в себя, приобрести новых друзей, почувствовать себя членом единой команды и т.п.

Программа «Олимпийская миля» имеет спортивно-просветительскую направленность и включает в себя:

- спортивно-театрализованный пролог по Олимпийской тематике (в зависимости от возраста участников и выбранной тематике, например, Олимпийские игры Древней Греции, Олимпийские виды спорта, Сочи - 2014 и т.п.);
- спортивно-развлекательные соревнования, перед которыми проводится для всех участников «Веселая разминка»;
- подведение итогов соревнований, награждение, показательные выступления ведущих спортсменов России.

Все участники программы «Олимпийская миля» делятся на команды по принципу «командообразования» (10-20чел.). Каждую команду возглавляет капитан – аниматор, который водит свою команду последовательно от станции к станции по маршрутному листу (количество станций 10-20 может быть больше, в зависимости от количества участников).

Предлагаемые станции: полоса препятствий, олимпийская викторина, олимпийское лото, гигантский баскетбол, лыжи великаны, олимпийское родео, построй храм Зевса, колесо Фортуны, подвиги Геракла, сумобол, попади в цель (футбол), дартс, гонки на велосипедах, олимпийский талисман, гольф, спортивный городок (ГТО), перестрелка (2-мя или 4-мя мячами) и т.п.

На прохождение станции отводится определенное время. Переход от станции к станции происходит по определенному сигналу. После прохождения всех станций участникам предлагается или интерактивная программа на трибунах или показательные выступления спортсменов, артистов разных жанров. В это время судейская коллегия подсчитывает результаты и выявляет победителей (первые 3 места) программы «Олимпийская миля». Награждение проводят приглашенные Олимпийские чемпионы.

Все участники программы «Олимпийская миля» получают «Свидетельство» об участии в данной программе.

В основе предлагаемых спортивно-развлекательных соревнований лежат подвижные игры, как самые доступные и не требующие специальной подготовки. Кроме того на одной из станций будет расположен спортивный городок (нормы ГТО).

Содержание конкурсов корректируется в соответствии с возрастом и количеством участников, местом проведения и климатическими условиями.

Такой подход, интегрирующий в себе как теоретические знания, так и практические умения, а также, позволяющий проявить коммуникативные качества для

достижения общей цели, позволяет в игровой, непринужденной форме решать очень важные задачи современного общества.

8. Кузьмичева Е.В. Подвижные игры. Учебник –М.:Физическая культура, 2006.- 288 с.
9. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта.- М.: Радуга, 1982.
10. Петров Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления : основы режиссуры, технологии, организации и методики / Петров Б.Н. - М.: ТВТ Дивизион, 2014. - 392 с.; с ил..
11. Подвижные игры в занятиях спортом: Учебное пособие/Томашевич А.М., Жарикова Е.Л., Кузьмичева Е.В., Салахудинова Е.С.-М.:ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»- 2014.-334 с.
12. Платонов В.П., Гуськов С.Н. Олимпийский спорт: Учебник. –Кн.1 и 2.- - Киев: Олимпийская литературы, 1994 и 1997.
13. Столбов В.В., Финогенова Л.А., Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта: Учебник. – М. Физическая культура и спорт, 2000.

Кузьмичева Е.В., Дементьев К.К.

Оценка сформированности профессиональных компетенций у будущих режиссеров

*Российский Государственный университет физической культуры,
спорта, молодежи и туризма
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-10

idsp: 000001:lj-04-2018-10

Аннотация

В статье рассматривается оценка уровня профессиональных компетенций студентов в процессе прохождения производственной практики по направлению подготовки 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников»

Ключевые слова: профессиональные компетенции, производственная практика, оценка уровня компетенций.

Abstract

The article examines the complex means of assessing of professional competencies of students enrolled in the direction 51.03.05 “Directing theatrical performances and festivals”, formed in the conditions of practical training.

Keywords: professional competence, evaluation tools, work practice.

Проблема формирования профессиональных компетенций в единстве теоретических и практических составляющих учебного процесса подготовки будущих режиссеров театрализованных представлений и праздников в настоящее время является очень актуальной и своевременной. Это в первую очередь, связано с уменьшением периода, так называемого, «вработывания» в профессиональную деятельность. Не секрет, что теоретические знания, которые получают будущие режиссеры в процессе обучения в институте, необходимо подкреплять практическими умениями и навыками. Чем больше будущий режиссер, в процессе обучения профессии, окунется в практическую деятельность, тем больше умений и навыков он получит для своей будущей профессиональной деятельности.

Для того, чтобы практика стала наиболее эффективной для обучающегося, необходимо обратить внимание на следующие факторы:

- структуру;
- содержание;

- организацию;
- условия.

По итогам прохождения практики у будущих режиссеров должны сформироваться или усовершенствоваться определенные профессиональные и общепрофессиональные компетенции, предусмотренные Практикой по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (производственной практикой).

Оценивать уровень сформированности этих компетенций возможно только с помощью оценочных средств. Эти средства по действующему стандарту направления 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников» называются «Фондом оценочных средств» (ФОСами), по всем дисциплинам учебного плана.

Разработанный нами комплекс средств оценки уровня сформированности профессиональных компетенций режиссеров театрализованных представлений и праздников, исходя из условий прохождения производственной практики, позволил более объективно подойти к оценке обучающихся с точки зрения повышения их профессиональных компетенций.

В результате организованного исследования, сначала были проанализированы и отобраны общепрофессиональные и профессиональные компетенции, которые могли бы быть сформированы в процессе прохождения производственной практики, а потом были разработаны средства оценки этих компетенций.

В процессе разработки оценочных средств применялись следующие методы исследования: анализ литературных источников, анализ нормативных документов, методы контроля и измерения, методы наблюдения, анкетирования, тестирования, анализ и обобщение.

В результате исследования были выделены и модернизированы некоторые общепрофессиональные и профессиональные компетенции, проанализирована Программа по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, разработан комплекс оценочных средств. Кроме того, был разработан тест в Модульно объективно-ориентированной динамической управляющей среде (МООДУС), состоящий из вопросов с возможными вариантами правильных ответов. Вопросы были составлены в закрытой форме.

Для оценки уровня сформированности умений и навыков профессиональной деятельности была разработана оценочная шкала проводимого мероприятия. Помимо этого была разработана анкета, с вопросами по материально-техническому состоянию базы практики, психологическому климату и личностному отношению к практике.

В результате проведенного исследования можно сделать заключение, что разработанный комплекс средств оценки уровня сформированности профессиональных компетенций при прохождении производственной практики позволил наиболее объективно оценить результаты практики, получив при этом достоверную информацию о достижениях будущих режиссеров в области профессиональной деятельности.

1. Аванесова, Г.А. Культурно-досуговая деятельность: теория и практика организации: учебное пособие для студентов вузов /Г.А.Аванесова.- М. : АспектПресс, 2006. -236 с.
2. Кузьмичева, Е.В. Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности : программа /Е.В.Кузьмичева, А.Л. Дружков, С.Е.Константинова.- М.:РГУФКСМиТ, 2016.-15 с
3. Пермяков, О.Е. Развитие систем оценки качества подготовки специалистов: дисс.... Д-ра пед. наук: 13.00.08 /Пермяков Олег Евгеньевич.- М., 2009. – 326 с.

Любимова О.В.

Использование кино- и видео-материалов в образовательной практике преподавания религиоведческих дисциплин

*Владимирский государственный университет имени А. Г. и Н. Г. Столетовых
(Россия, Владимир)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-11

idsp: 000001:lj-04-2018-11

Аннотация

В статье автор рассматривает особенности использования кино- и видео-материалов в образовательной практике преподавания религиоведческих дисциплин. Показаны этапы и значимость работы с видеоматериалом.

Ключевые слова: кино-материалы, видео-материалы, демонстрация, учебный процесс.

Abstract

In the article the author considers the peculiarities of the use of film and video materials in the educational practice of teaching religious subjects. The stages and importance of work with video material are shown.

Keywords: cinema materials, video materials, demonstration, educational process.

Психологией установлено, что визуальные анализаторы обладают наибольшей пропускной способностью, чем слуховые. Согласно психологическим исследованиям зрительно воспринятая информация гораздо более осмысленна и лучше сохраняется в памяти. Глаза способны воспринимать миллионы бит в секунду, тогда как ухо только десятки. Именно поэтому в педагогике возрастает значимость использования телекоммуникационных технологий. Исключением не становится демонстрация кино- и видео-материалов при преподавании любых дисциплин, в том числе и религиоведческих.

Работу с кино- и видео-материалами следует делить на три этапа: Первый этап – заключается в необходимости выявления связи изучаемого материала с содержанием видеофильма.

Одним из самых существенных пунктов подготовки занятия является выбор правильного видеоматериала. При выборе видео или фильма надо руководствоваться возрастной составляющей учащихся, чтобы выбранный материал не казался им слишком сложным и непонятным. Так, например, для учащихся начальной школы познавателен просмотр мультфильма «Необыкновенное приключение Серафимы» (2015), тогда как для студентов вузов показательны такие фильмы как «Мусульманин» (1995), Остров (2005).

Предварительный просмотр фильма (не менее одного раза) также является необходимым пунктом этапа, который позволит определить правильное использование и ограничить продолжительность демонстрации всего фильма или его отдельных эпизодов. Далее следует определить цели и методы использования видеоматериала на занятии. Все это помогает разработать методику наиболее целесообразного использования видеоматериала для решения поставленных учебных и воспитательных задач.

Вторым этапом работы с кино- и видео-материалами является проведение работы с видеосюжетом в процессе показа. Чтобы учащиеся лучше усвоили материал необходимо подготовить их к просмотру. Этому может способствовать вступительное слово преподавателя, который должен вызвать интерес, заострить внимание учащихся на основных моментах фильма и их связь с преподаваемой им темой, дать объяснения наиболее трудно воспринимаемых моментах видеофильма. От этого зависит качество усвоения материала фильма и, более того, успех всего занятия. Еще одним важным моментом является предоставление учащимся вопросов для обсуждения или написания сочинения или мини эссе.

Третьим этапом является проведение работы с видеофильмом после демонстрации. Задача преподавателя состоит в том, чтобы прокомментировать аудитории просмотренный материал, напомнить наиболее сложные моменты фильма, а также повторить их содержание, что способствует закреплению полученных знаний.

Не менее важным является определение итога просмотра фильма – обсуждение его с учащимися на занятии или же дать задание написания сочинений, мини эссе на фильм дома.

Применение кино- и видеоматериалов в образовательной практике преподавания религиозоведческих дисциплин позволяет внести разнообразие в учебный процесс, сделать приобретение знаний интересным, наглядным процессом, избежать формализма и зубрежки. Анализ демонстрационных материалов не позволяет формально и шаблонно выполнять задание, побуждает делать это творчески, осознанно тем самым более продуктивно.

1. Ахаян А.А., Гребенникова О.М., Семенова Г.В., Ярмолинская М.В. Использование интеграционной информационно-коммуникационной среды в гуманитарной школе (методические рекомендации)// Emissia/URL:http://met.emissia.org/offline/2013/met009_files/1-2-3.htm
2. Кириллова Н. Б. Экранное искусство в системе гуманитарной подготовки специалистов: Учеб. пособие. Екатеринбург: Изд-во СИПИ, 1992. 92 с.
3. Кондратенко И.В. Особенности технологии применения видеоматериалов в учебном процессе. Вестник ШГПИ. №4(28), 2015

Майкут Т.А., Голоухова Г.Н.

К вопросу о дефинициях инновационной деятельности в условиях стандартизации дошкольного образования

*Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В.Ломоносова
(Россия, Архангельск)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-12

idsp: 000001:lj-04-2018-12

Современная политика в области образования характеризуется в настоящее время стандартизацией, начиная со ступени дошкольного образования. Согласно закону «Об образовании в Российской Федерации», дошкольное образование считается первым уровнем общего образования. Это означает, что дошкольное образование должно содержательно и организационно соответствовать Стандарту. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО, Стандарт) теперь определяет направление развития дошкольного образования посредством совокупность обязательных требований [6,7].

Введение новых требований к качеству образования предполагает изменения в организации, содержании, технологиях, а также в подготовке педагогов. Способность к переменам, нестандартным решениям новых задач, ответственность, самостоятельность – всё то, что необходимо настоящему профессионалу [3].

Успешное внедрение Стандарта требует от педагогического коллектива готовности к инновационной деятельности. Успешность в освоении инноваций напрямую зависит от того, готов ли педагог принять их как ценность. В связи с переходом от Федеральных государственных требований (ФГТ) к ФГОС ДО, педагоги еще не успели перестроиться, привыкнуть к этому новшеству и почувствовать себя уверенно. Для того, чтобы педагог приступил к работе в новой системе, необходимо обеспечить понимание, в чем она состоит [4].

В связи с внедрением Стандарта в работе дошкольных образовательных организаций (ДОО) появилось большое количество новых понятий и терминов, которые

до принятия нормативного документа активно не использовались в образовательном процессе дошкольников.

Стандартизация дошкольного образования предполагает теоретический анализ введенных в ФГОС ДО терминов и понятий, их изучение и осмысление.

Данный документ сам по себе является обновлением дошкольного образования, представляет собой инновационное направление в работе ДОО.

Разработчики данного стандарта называют его «стандартом поддержки разнообразия детства, принципиальной «нестандартности» самого детства и ребенка, вариативности развивающих форм этой поддержки с сохранением его исключительной, предельной самобытности» [5].

В основе разработки Стандарта лежит идея самоценности детства, где самоценность понимается следующим образом: рассмотрение детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.

Также ведущей идеей в разработке стандарта является индивидуализация образования – построение образовательного процесса на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования [6]. При этом, появляется возможность разбить содержание образования под потребности каждого ребенка.

В ФГОС ДО предъявлены требования к результату дошкольного образования в виде целевых ориентиров. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, определяются не суммой конкретных знаний, умений, навыков, а представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования [6].

Ориентир – это не конкретный, закреплённый эталон, он предполагает заданное направления развития, примерный образ выпускника дошкольной ступени образования [4].

В ФГОС ДО указано, что при соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования [6]. То есть Стандарт указывает на то, что основная задача детского сада заключается в формировании у детей предпосылок универсальных учебных действий (УУД).

Разработчики концепции развития УУД определяют универсальное учебное действие как «...совокупность способов действия учащегося (а также связанных с ними навыков учебной работы), обеспечивающих самостоятельное усвоение новых знаний, формирование умений, включая организацию этого процесса» [1].

С учетом требований стандарта в настоящее время в работе педагогов дошкольной организации термин «занятие» не используется, но это не означает переход к хаотичной или дезорганизованной свободной деятельности дошкольника. В данном случае целесообразно говорить о развивающей игре, которая регламентирована в соответствии с возрастными нормами, имеет свои определенные цели и методы проведения. ФГОС ДО подразумевает занятие как игру, учитывая индивидуальный подход к ребенку и сохраняя самоценность дошкольного возраста. Игра является ведущим видом деятельности детей дошкольного возраста, дошкольник познает мир в игре. Под «занятием» в контексте ФГОС ДО подразумевается непосредственно-образовательная деятельность, направленная на развитие дошкольника [4].

Следующим новым понятием, связанным с инновационной деятельностью в ДОО, является понятие «культурных практик», введенным Н.Б.Крыловой. Она понимает под культурной практикой «разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах и привычные для ребенка виды его самостоятельной деятельности, поведения, душевного самочувствия и складывающегося с первых дней жизни уникального

индивидуального жизненного опыта. Эти-то виды деятельности и поведения он начинает практиковать как интересные ему и обеспечивающие самореализацию» [2].

Процесс развития инициативного поведения детей происходит через такие культурные практики, как игра, продуктивная творческая деятельность, исследование, чтение художественной литературы, коммуникация [5].

Игровая деятельность дошкольников как культурная практика обеспечивает удовлетворение актуальных запросов ребенка и общества за счет ориентации на потенциальные социальные возможности детей. Эта деятельность как образовательное средство «шагает» в ногу со временем и ориентирована на реализацию культурологического подхода в дошкольном образовании [8].

В связи с Приказом №1155 от 17.10.2013 "Об утверждении ФГОС дошкольного образования" в системе дошкольного образования происходит модернизация, направленная на обновление условий, обеспечивающих новое качество образования; появляются новые понятия и термины, которые направлены на решение задач, связанных с целостным развитием личности воспитанника.

Приступая к реализации Стандарта дошкольного образования, каждому педагогу необходимо иметь твердые представления о его содержании, уметь понимать новые термины и обозначения, быть готовым к изменениям и открытиям. Всё это поможет сделать педагогический процесс в дошкольной организации эффективным.

1. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе. От действия к мысли: пособие для учителя / под ред. А.Г. Асмолова. – М.: Просвещение, 2011. – 152 с.
2. Крылова Н. Б. Свободное воспитание в семье и школе: культурные практики детей. – М.: Сентябрь, 2007. – 191 с.
3. Максимова И.А. Организация внутрифирменного обучения педагогического персонала в условиях введения ФГОС ДО // Наука и образование: новое время. – 2016. – № 2. – С. 675-679.
4. Мартынова О.П., Сиденко Е.А. Готовность воспитателя дошкольного образовательного учреждения к инновационной деятельности // Эксперимент и инновации в школе. – 2014. – №4. – С. 2-4.
5. Модульная программа повышения квалификации сотрудников образовательных организаций по вопросам введения ФГОС дошкольного образования и использования основной примерной образовательной программы дошкольного образования для формирования образовательной программы дошкольного учреждения [Электронный вариант]. – Режим доступа: <https://clck.ru/D7999> (дата обращения: 08.05.2017).
6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://минобрнауки.рф/документы/6261> (дата обращения: 12.03.2018).
7. Федеральный закон от 29.12.2012 №273 «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный вариант]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 12.03.2018).
8. Фенькина А.А. Игровая культурная практика как жизнь дошкольника // Педагогическое образование в России. – 2014. – №5. – С. 23-27.

Микова Д.Д.

Технологии тайм-менеджмента для студентов вузов

doi: 10.18411/lj-04-2018-13

idsp: 000001:lj-04-2018-13

Аннотация

Статья посвящена технологиям тайм-менеджмента, подразумевающим систематическое, последовательное и целенаправленное использование комплекса техник организации личной и учебной деятельности студента высшего учебного заведения с целью повышения эффективности его самоорганизации. Система высшего образования предъявляет к личности серьезные требования: способность к самоорганизации и планированию учебного процесса, умение разумно распределять свое собственное время.

Данные требования являются основополагающими в вопросе личностного и профессионального становления будущего специалиста. В этой связи, незаменимым помощником студентов в организации своего времени становится тайм-менеджмент, направленный на планомерную организацию времени и установление приоритетов при его использовании.

Ключевые слова: самоорганизация, тайм-менеджмент, технологии тайм-менеджмента, эффективность учебной деятельности, студенты вузов.

Abstract

The article is dedicated to technologies of time management, that imply a systematic, consistent and purposeful use of a set of techniques for organizing the personal and educational activities of university students in order to increase the effectiveness of their self-organization. The system of higher education sets serious requirements for the individual: the ability to self-organize and plan the educational process, the ability to reasonably manage their time. These requirements are fundamental for personal and professional development of the future specialist. In this regard, an indispensable assistant to the students in the organization of their time are technologies of time management, aimed at systematic organization of time and setting priorities for its use.

Keywords: self-organization, time management, technologies of time management, educational effectiveness, university students.

В современном обществе вопрос получения высшего образования играет важнейшую роль в определении развития личности и ее профессионального становления. Перед всеми высшими учебными заведениями стоит задача подготовить студентов, способных адаптироваться к различным жизненным ситуациям в динамично меняющихся экономических, политических, социальных условиях, готовых самостоятельно приобретать знания и навыки, умело применять их на практике, организовывать свою учебную деятельность и благоразумно распределять свое время. Формирование и развитие данных способностей необходимо для обеспечения профессиональной конкурентоспособности будущего специалиста.

Большинство абитуриентов и нынешних студентов не умеют планировать собственное время, а также рационально использовать его при подготовке к лекциям, практическим занятиям и зачетно-экзаменационной сессии. В большинстве вузов практически отсутствуют отдельные дисциплины по формированию у студентов навыков самоорганизации и управления временем, такие, как «Тайм-менеджмент» и «Самоменеджмент». Данные вопросы рассматриваются в рамках различных дисциплин по менеджменту и им не уделяется должного внимания. Вместе с тем, в некоторых вузах существуют специальные кружки и клубы, деятельность которых связана непосредственно с вопросами управления временем, планированием и организацией своей деятельности. Ярким примером такого кружка саморазвития служит «ТМ-клуб Московского автомобильно-дорожного государственного технического университета». К сожалению, не у всех вузов есть возможность создавать такие сообщества, поэтому студентам необходимо самостоятельно развивать свои навыки управления временем для достижения успеха в предстоящей профессиональной деятельности. Ввиду этого, технологии тайм-менеджмента становятся необходимой составной частью организации учебной и повседневной деятельности будущего специалиста.

Термин «time management» появился в 70-х годах XX века и ввел этот термин датчанин Клаус Миллер. Он основал одну из крупнейших международных обучающих консалтинговых компаний Time Management International (TMI). В России термин «time management» и соответствующие тренинги появились в 90-х годах XX века, в связи с

переходом от плановой экономики к рыночной. Ярким представителем и главным экспертом школы тайм-менеджмента в России является Глеб Архангельский, бизнес-тренер и глава консалтинговой компании «Организация времени». На его счету множество работ, посвященных управлению временем.

Первоначально тайм-менеджмент использовался только в деловой среде, но со временем этот термин расширил свои границы и сейчас распространяется и на личные качества человека.

Тайм-менеджмент является отдельным направлением общего менеджмента и представляет собой процесс формирования сознательного контроля над временем, потраченным на конкретные виды деятельности, при котором происходит повышение их эффективности и продуктивности.

Непрерывно растущие темпы изменений требуют от современных специалистов принятия большого количества самостоятельных решений, умения грамотно планировать и организовывать свою деятельность. Одной из основополагающих компетенций современного специалиста стало умение эффективно организовывать время как на личном, так и на корпоративном уровне, а также способность согласовывать свои действия с действиями окружающих для выполнения поставленных задач.

Таким образом, управление временем представляет собой целостную систему управления личной деятельностью, обладающую признаком алгоритмичности, четкой и внятной структурой (рисунок 1). Нарушение данного алгоритма не позволит в запланированные сроки достичь желаемого результата.

Рис. 1. Алгоритм эффективного процесса управления временем

Тайм-менеджмент студентов вузов предполагает систематическое, последовательное и целенаправленное использование комплекса техник организации личной и учебной деятельности в повседневной практике с целью повышения эффективности самоорганизации студента. Данная технология формирует ценностное отношение к образовательному процессу и вопросу самоорганизации, что позволяет будущему специалисту подготовиться к предстоящей профессиональной деятельности, быстрее адаптироваться на новом месте работы и максимально эффективно решать поставленные задачи.

Самоорганизация подразумевает деятельность личности, связанную с умением организовать себя, проявляющуюся в целеустремленности, планировании своей деятельности, быстроте принятия решений и ответственности за них [1, с. 461]. Один из важнейших компонентов самоорганизации – управление временем.

Формирование умения самоорганизации учебной деятельности позволит студенту анализировать задачи обучения, планировать и организовывать свою учебную

деятельность и время, адекватно оценивать, своевременно корректировать и совершенствовать процесс и результаты учебной деятельности.

Для эффективного управления временем существует множество приемов и техник тайм-менеджмента, используя которые студенты могут научиться рационально распределять свое время и управлять им. От того, насколько будущий специалист овладеет технологиями тайм-менеджмента в учебное и свободное время, во многом зависит его профессиональная карьера. В образовательной среде существуют и используются следующие технологии тайм-менеджмента:

1. «Хронометраж». Фиксация и замеры выполняемых действий могут осуществляться с помощью:

- фиксации своих действий на заранее подготовленном бланке или использовании диктофона и последующей фиксации действий на бумаге;
- подключения к веб-ресурсу, содержащему online-сервис для хронометража (hronomer.ru, time-master.ru, manprogress.com и др.);
- использования мобильных приложений для изучения временных затрат (TimePro, Ring Timer, Hyper Logger, Осознанность и др.).

После проведения хронометража студенту необходимо проанализировать все виды деятельности, которые он осуществлял, с точки зрения позитивных и негативных факторов. Другими словами, следует определить сильные и слабые стороны временных затрат, в процессе осуществления той или иной деятельности, для рационального использования первых и избегания вторых.

2. «Матрица Эйзенхауэра». Принцип расстановки приоритетов, позволяющий эффективно решать наибольшее количество задач в течение дня, изображен на рисунке 1 [2, с. 9].

Наиболее важным является второй квадрат матрицы, так как характерные для него виды активности раскрывают внутренний потенциал студента, позволяя достигать важнейших целей своей жизни.

Рис. 2. Матрица Эйзенхауэра

Активность, рассредоточенная в других квадратах, приводит либо к тому, что человек вечно занят «чужими делами», либо к стрессу, серьезным психологическим проблемам.

3. «Пирамида Франклина». Данная пирамида представляет собой целостную систему постановки и реализации целей, посредством направленности на результат и планомерного движения от общего к частному (рисунок 2) [3, с. 48].

Рис. 3. Пирамида Франклина

Построение пирамиды осуществляется в несколько этапов, результатом которого является составления плана на день – малые задачи решаются целиком за один день, более крупные разбиваются на подзадачи.

4. «Принцип Парето». Согласно данному принципу 20% затраченного времени дают 80% конечного результата, а остальные 80% времени – лишь 20% результата. Принцип Парето находит свое применение в процессе написания рефератов, курсовых работ и дипломных проектов, подготовки к контрольным работам, зачетам и экзаменам. Руководствуясь принципом Парето, необходимо приступить к выполнению ежедневных целей, чтобы планомерно двигаться к достижению крупных задач.

5. «АВС-анализ». Данный анализ позволяет расставлять приоритеты при решении поставленных задач (рисунок 3) [4, с. 102]. В его основе лежит принцип Парето. Установление приоритетов с помощью АВС-анализа включает в себя три закономерности:

- 1) важнейшие задачи (категория А) составляют 15 % количества всех дел и имеют существенную долю значимости – 65 %;
- 2) важные задачи (категория В) составляют 20 % количества всех дел и также 20 % значимости задач;
- 3) менее важные задачи (категория С) составляют 65 % количества всех дел и имеют несущественную долю значимости – 15 %.

Рис. 4. АВС-анализ

В течение дня студент должен выделять время в порядке приоритетов – сперва заняться первоочередными задачами, когда они будут решены – перейти к второстепенным, и только если останется время, он может заняться малозначительными делами.

6. «Методика краеугольного времени». Данная методика охватывает период дня, который посвящен непосредственно учебе. Продолжительность данного периода может варьироваться в зависимости от характера деятельности и графика, в рамках которого эта деятельность осуществляется.

Краеугольное время – это время отдачи, поэтому, собрав максимум энергии в учебные часы, можно достичь наивысшего уровня производительности. Согласно Закону Парето, методика «краеугольного времени» считается двадцатью эффективными процентами.

7. «Контекстное планирование». Данная технология учитывает не только временные рамки, но и условия, благоприятные для решения конкретной задачи. К основным инструментам контекстного планирования относят:

- органайзеры, ежедневники (с использованием стикеров и закладок);
- доски для контекстного планирования (магнитная доска, лист ватмана);
- программные продукты (MS Outlook, LeaderTask, WinOrganizer, C-Organizer, AM Notebook и др.).

Тайм-менеджмент обладает своей особенностью и уникальностью, проявляющимися на подсознательном уровне – при постоянном применении технологий управления временем уровень самоорганизации студента повышается: появляется объективная картина времени, новая информация о себе и о личных резервах роста. Все процессы, связанные с организацией учебной и повседневной деятельности студента, становятся автоматизированными, вырабатывается «чувство времени».

Использование технологий тайм-менеджмента позволит студентам вузов выполнять работы с меньшими затратами, уменьшит воздействие стресс-факторов, повысит мотивацию студента и степень его удовлетворенности учебным процессом. Следовательно, успеваемость студента повысится и в образовательном процессе будут достигнуты новые высоты.

Применение технологий тайм-менеджмента будет необходимо и в профессиональной карьере будущего специалиста: ускорится процесс адаптации и обучения на рабочем месте, сведется к минимуму загруженность на работе и влияние стресс-факторов, все поставленные задачи будут выполняться в порядке их приоритетности и в точно назначенный срок.

Таким образом, формирование и развитие навыков управления временем является важнейшим элементом современного образовательного процесса. Тайм-менеджмент позволит студентам более результативно проходить обучение в вузе, что поспособствует достижению успехов в предстоящей профессиональной деятельности.

1. Рапацевич, Е. С. Педагогика. Большая современная энциклопедия / Е. С. Рапацевич. – Минск: Современное слово. – 2005. – 720 с.
2. Зайцева, Н.А. Научно-практические аспекты применения тайм-менеджмента для повышения профессиональной конкурентоспособности выпускников вузов / Российские регионы: взгляд в будущее – 2016. – № 3 – 17 с.
3. Реунова, М.А. Тайм-менеджмент студента университета: учебное пособие / М.А.Реунова. – Оренбург: ООО ИПК «Университет», 2013. – 102 с.
4. Зайверт Л. Ваше время – в Ваших руках: советы деловым людям, как эффективно использовать рабочее время / Л. Зайверт. – М.: Интерэкс-перт: Инфра-М, 1995. – 267 с.

Норин Н.Е., Чокотов Е.Н.

**Двигательная активность и закаливание организма, составляющие факторы
здорового образа жизни**

*Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск
национальной гвардии Российской Федерации
(Россия, Новосибирск)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-14

ids: 000001:lj-04-2018-14

Аннотация

В данной статье рассматривается влияние современной жизни на двигательную активность человека, его физическое здоровье. Показана необходимость физической активности, ежедневных физических упражнений для предупреждения гипокинезии и гиподинамии, которые значительно ухудшают общее физическое состояние и полноценную активную жизнь.

Даны краткие рекомендации для правильных занятий физическими упражнениями. Кроме двигательной активности рассмотрена роль закаливания в предупреждении предварительного старения организма и улучшения защитных свойств организма неблагоприятным факторам окружающей среды. Особо отмечена проблема температурной зависимости организма и его способности адаптироваться в современном мире.

Доказано, что двигательная активность и закаливание организма являются одними из основных факторов здорового образа человека.

Ключевые слова: двигательная активность, физические упражнения, человек, закаливание, здоровый образ жизни.

За последнее время человечество достигло невиданных успехов во многих областях науки и сферах производства материальных благ. Однако благополучие страны и каждого человека в отдельности определяется не материальными благами, а состоянием его здоровья. Большинство людей предпочитают жить, не затрачивая сил и времени на свое совершенствование, мало кто заботится о своем здоровье. Такое поведение не способствует плодотворной и активной жизни, наиболее полному раскрытию творческого потенциала личности. Зная, что здоровье определяется как состояние полного физического, духовного и социального благополучия человека, рассмотрим двигательную активность и закаливание организма как одни из важных составляющих здорового образа жизни.

Двигательная активность, соответствующая возрасту, физической подготовленности и состоянию здоровья, является залогом здорового образа жизни человека. Большинство людей, занятых в сфере интеллектуального труда, имеют ограниченную физическую активность. Такой образ жизни приводит к развитию гипокинезии- состоянию организма с недостаточной двигательной активностью, которое приводит, в последующем, к состоянию гиподинамии. Это состояние организма характеризуется атрофическими изменениями в мышцах, общей физической детренированностью и снижением, в конечном счете, функциональной активности всех органов и систем человека.

Особенность современной жизни заключается в том, что гиподинамия нарастает и превращается в социальное явление. В повседневной жизни предупреждение гипокинезии и гиподинамии достигается полноценной физической активностью, ежедневными физическими упражнениями, посильным физическим трудом и пешими прогулками. Человек в своей повседневной жизни всегда был ориентирован на физические нагрузки. Еще основатель физического воспитания в России, П. Ф. Лесгафт, неоднократно подчеркивал, что не соответствие слабого тела и развитой умственной деятельности- «тела и духа», рано или поздно скажется отрицательно на общем состоянии и здоровье

человека. Давно известно, что постоянное психическое перенапряжение и хроническое умственное переутомление, без физической разрядки, вызывают тяжелые функциональные расстройства в организме, происходит снижение работоспособности, развитие депрессии и наступление преждевременной старости. Таким образом, напрашивается вывод о том, что здоровье человека – это его личное богатство и собственность. Каждый обязан постоянно беречь его и заботиться о нем самостоятельно, используя свои адаптационные возможности физиологических систем, факторы природы и те социальные условия, в которых ему приходится жить.

Двигательная активность повышает сопротивляемость организма к различным заболеваниям. Регулярные физические упражнения улучшают силу сердечных сокращений, улучшают венозный возврат крови в предсердии миокарда, возрастает масса сердца и его энергетический потенциал, т. е. укрепляется сердечная мышца, увеличивается количество циркулирующей крови. Все эти изменения уменьшают в кровотоке количество холестерина, способствующему развитию атеросклероза. Так же происходит активизация антисвертывающей системы крови, препятствующей образованию тромбов в сосудах и, как следствие, кровяное давление, благодаря физическим упражнениям, снижается в среднем на 10 мм.

С повышением двигательной активности надпочечники начинают выделять в кровь «гормон хорошего настроения», т.е. улучшается психическое состояние человека. Поэтому физически активные люди имеют более высокий уровень самооценки.

Физическая нагрузка, в виде длительного равномерного бега, укрепляет иммунную систему человека, активизирует процесс кроветворения- это, прежде всего, увеличение количества лейкоцитов и эритроцитов, повышение общего содержания гемоглобина. Установлено, что регулярные занятия бегом могут ускорять обновление клеток пищеварительных желез, способствуя процессу торможения замещения мышечной ткани на жировую.

Занимаясь физическими упражнениями не надо стремиться к высоким результатам, достаточно достижение небольшого прогресса в улучшении своего физического состояния, по сравнению с первоначальным уровнем физического развития. Даже физические упражнения с низкой нагрузкой принесут больше пользы здоровью, чем усиленные занятия, которые могут привести к получению травм. Для начинающих заниматься физическими упражнениями, рекомендуется больше внимания уделять регулярности и систематичности занятий, нежели повышенным нагрузкам. Для большинства здоровых людей улучшение состояния сердечно-сосудистой системы может быть достигнуто с помощью 2-4 занятий в неделю и этого будет вполне достаточно.

Эффективным средством духовного воспитания и физического развития здорового населения являются физическая культура и спорт. Занятия физической культурой и спортивной деятельностью способствуют преобразованию личности человека, т. к. основу спорта составляют идеалы силы и мужества, уважения к сопернику, дружбы и взаимопомощи. Спорт закаляет характер, учит трудолюбию, преодолению трудностей, способствует противостоянию различным жизненным ситуациям. Особенно популярными и необходимыми занятия физической культурой и спортом становятся в молодом возрасте, когда человек растет, развивается физиологически, возникает желание проверить свои физические возможности. Кроме того, физические упражнения изменяют внешний вид человека: улучшается цвет и состояние кожи, гибкость мышц и суставов, появляется красивая осанка и плавная походка. В большинстве своем, для людей любого возраста, физическая активность является необходимой нормой поведения и заключается в поддержании своего здоровья на определенном уровне, способствующем полноценной жизни. Так для детей школьного возраста, на занятиях физической культурой и спортом, обязательными являются общеразвивающие упражнения, в сочетании с дыхательными и специальными, которые направлены на развитие физических качеств ребенка. Поэтому основными средствами физического воспитания в школьном возрасте являются: гимнастика, разнообразные спортивные игры, туризм. Из спортивных развлечений рекомендуются плавание, коньки, лыжные прогулки и катание на велосипеде. Занимаясь

активной двигательной деятельностью с детьми необходимо поддерживать определенный эмоциональный фон занятий, ставить перед ребенком те или иные задачи, формировать у него потребность в желании достигнуть определенного результата.

В течение дальнейшей жизни не следует полностью прекращать занятия физическими упражнениями, так как привычная физическая нагрузка требует дальнейшей стимуляции, конечно в соответствии со снижающимися возможностями организма. Активная жизненная позиция, соблюдение здорового образа жизни гарантирует высокий уровень здоровья, сопротивляемость заболеваниям, надежность жизнедеятельности и в преклонном возрасте. Это одно из важнейших условий активного долголетия, позволяющее поднять биологический «потолок» продолжительности жизни.

Важную роль в предупреждении преждевременного старения играет закаливание. Как фактор здорового образа жизни, закаливание организма осуществляется в результате продолжительного, систематического, тренирующего воздействия физических факторов на организм при постепенном повышении интенсивности и продолжительности воздействия. Воздействие экстремальной температуры воздуха или воды вызывает в организме потребность адаптироваться к ним. У незакаленного человека даже не продолжительное охлаждение нарушает терморегуляцию, идет прогрессивное понижение температуры тела, активизируется жизнедеятельность условно - потогенных микроорганизмов и, как следствие, возникает заболевание, то есть организм отдает тепло. У закаленного человека при охлаждении уменьшаются процессы отдачи тепла во внешнюю среду и возникают механизмы, способствующие его выработке, для обеспечения жизненных процессов организма. Таким образом, повышается обмен веществ, который обеспечивает нормальное протекание физиологических и биохимических процессов, совершенствуется координационная связь между отдельными системами организма. Благодаря этим изменениям в организме достигается приспособление к изменениям в условиях внешней среды. Закаливание не лечит, но предупреждает болезнь, а в этом и заключается его важнейшая профилактическая роль. Легко переносить жару и холод, резкие изменения внешней температуры, которые способны ослабить защитные силы организма, вот чему способствует закаливание организма человека. Он становится менее восприимчив к различного рода заболеваниям: гриппу, катару верхних дыхательных путей, пневмонии. В последнее время большую роль предписывают закаливанию в предупреждении атеросклероза и даже раковых заболеваний.

Закаливание доступно для любого человека, им могут заниматься люди любого возраста, независимо от степени их физического развития. Как и активная двигательная деятельность закаливание повышает работоспособность и выносливость организма, происходит тренировка волевых усилий, помогающих устоять в серьезных испытаниях. В процессе выработки устойчивости организма к воздействию факторов внешней среды, формируются такие черты характера, как настойчивость, целеустремленность, воля к достижению поставленной цели, нормализуется общее психофизическое состояние человека.

Начинать закаливание можно только тогда, когда возникло устойчивое желание — это делать, но при этом необходимо соблюдать следующие правила:

- режим закаливания с учетом возраста и состояния здоровья устанавливать по рекомендации врача
- необходимо поверить в пользу закаливающих процедур, иначе выработка нужной реакции будет затруднена и может нанести вред здоровью
- процедуры закаливания необходимо проводить постепенно, увеличивая длительность и изменения температурного режима
- закаливаться нужно систематически, ежедневно, прерывать процедуру нельзя, даже во время болезни, необходимо лишь разумно уменьшать дозу и продолжительность процедуры
- обязательно проводить закаливание с учетом индивидуальных особенностей организма

— использовать разнообразные закаливающие средства для наилучшей приспособляемости организма к воздействиям окружающей среды

Соблюдая эти правила, мы в полном объеме способны достигнуть главную цель закаливания - сохранение гомеостаза, постоянства температуры тела, то есть процесс закаливания организма можно рассматривать как воспитание способности быстро и правильно приспосабливаться к изменяющимся условиям внешней среды, тренировки защитных сил организма.

Таким образом, двигательная активность и закаливание организма являются одними из основных факторов здорового образа жизни человека. Эти факторы обеспечивают наибольшую мобилизацию защитных сил организма, способствуют укреплению здоровья и плодотворному, активному долголетию.

1. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье. – М. 1987г.
2. Брегг Поль С., Шелтон Герберт. Секреты долголетия. – Сыктывкар, 1992г.
3. Глухов В.И. Физическая культура в формировании здорового образа жизни. – Киев 1989г.
4. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие. – Изд. 2-е – Ростов Н/Д: Феникс, 2014г., 252 с.
5. Куценко Г.И., Новиков Ю.В. Книга о здоровом образе жизни – М., 1987г.
6. Назарова Е.Н., Шилов Ю.Д. Основы здорового образа жизни. – 3-е изд., испр.- М. Издательский центр «Академия», 2013г.-256с.
7. Чумаков Б.Н. Основы здорового образа жизни. – М.: Педагогическое общество России, 2004г. – 416с.

Норин Н.Е., Яньшин Н.С., Зайцев В.В.

**Основы здорового образа жизни военнослужащих национальной гвардии
Российской Федерации**

*Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск
национальной гвардии Российской Федерации
(Россия, Новосибирск)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-15

idsp: 000001:lj-04-2018-15

Аннотация

В данной статье рассматриваются основы здорового образа жизни военнослужащих национальной гвардии Российской Федерации. Раскрываются основные факторы, влияющие на здоровье и раскрывается комплекс мероприятий, направленных на улучшение здоровья военнослужащих, согласно требований Устава Внутренней службы. В конце статьи перечислены основные требования, при соблюдении которых достигается формирование здорового образа жизни среди военнослужащих национальной гвардии Российской Федерации.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, военнослужащий, организация, физические упражнения, контроль, командиры (начальники).

В настоящее время на государственном уровне всё чаще поднимается вопрос о необходимости пропаганды здорового образа жизни.

Забота об охране здоровья населения находится в руках государства, которое обеспечивает условия для повышения жизненного уровня людей, увеличения рабочих мест, улучшения производственной среды, условий обучения, качества питания, отдыха и т.д., тем самым создаются предпосылки для укрепления физического, психического и социального благополучия населения, увеличения продолжительности жизни, творческого долголетия, полноценного и всестороннего развития. Деятельность государства в обеспечении здорового образа жизни неразрывно связана с улучшением основных факторов влияющих на здоровье населения. К ним относятся:

- правильное воспитание с самого раннего детства;
- улучшение состояния окружающей среды;

- обеспечение правильного питания населения;
- регулярные занятия физическими упражнениями;
- своевременная медицинская профилактика и соблюдение правил предупреждения травматизма;
- отказ от вредных привычек.

Соблюдение этих требований является необходимым условием здорового образа жизни каждого человека, а здоровье населения – это благополучие страны, свидетельствующее об её цивилизованности.

Внимание к здоровому образу жизни в войсках национальной гвардии Российской Федерации, прежде всего, связано с проблемой здоровья специалистов, выпускаемых высшей школой, ростом заболеваемости в процессе профессиональной подготовки и снижению последующей работоспособности.

Военнослужащие войск национальной гвардии России в своей повседневной жизни руководствуются основами здорового образа и стиля жизни, изложенными в Уставе Внутренней службы.

Прежде всего, это охрана здоровья и физическое развитие как неотъемлемая часть их подготовки к выполнению своего воинского долга. Охрана здоровья обеспечивается созданием командирами (начальниками) во взаимодействии с органами государственной власти безопасных условий военной службы.

Охрана здоровья военнослужащих достигается проведением командирами (начальниками) мероприятий по оздоровлению условий службы и быта; систематическим их закаливанием, регулярными занятиями физической подготовкой и спортом; осуществлением санитарно-противоэпидемических (профилактических) и лечебно-профилактических мероприятий.

Основными направлениями деятельности командиров (начальников) по оздоровлению условий службы и быта военнослужащих являются: проведение мероприятий по предупреждению гибели, увечий (ранений, травм, контузий) и снижению заболеваемости военнослужащих, определённых; строгое соблюдение санитарных правил и норм, выполнение требований общевоинских уставов по размещению военнослужащих, организации их питания, водоснабжению и другим видам материального обеспечения и бытового обслуживания; организации выполнения распорядка дня и регламента служебного времени; своевременное и полное доведение до каждого военнослужащего материальных средств, согласно установленным нормам довольствия; проведение мероприятий по сохранению и восстановлению окружающей среды и обеспечению экологической безопасности в районе расположения воинской части (подразделения).

Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом в целях повышения устойчивости их организма к различным изменениям физических факторов окружающей среды, к условиям, связанным с особенностями военной службы и выполнением боевых задач.

Каждый военнослужащий обязан заботиться о сохранении своего здоровья, не скрывать болезней. Строго соблюдать правила личной и общественной гигиены, воздерживаться от курения и употребления алкоголя, не допускать употребления наркотических средств и психотропных веществ.

Основными лечебно-профилактическими мероприятиями являются диспансеризация, амбулаторное, стационарное и санитарно-курортное лечение военнослужащих.

В целях предупреждения распространения инфекционных заболеваний лечебно-профилактические мероприятия, проводимые медицинской службой, обязаны для всех военнослужащих.

Занятия физической подготовкой и спортом осуществляются на утренней физической зарядке, учебных занятиях, во время спортивно-массовой работы, в процессе учебно-боевой деятельности военнослужащих, а также в виде самостоятельных тренировок. На занятиях выполняются физические упражнения с использованием различных способов тренировки и дозирования физической нагрузки с учетом

принадлежности военнослужащих в виду Вооруженных Сил и роду войск, возраста и состояния здоровья.

В процессе диспансерной работы военнослужащих, злоупотребляющих курением, необходимо включать в группу риска по факту курения.

Не менее распространённым, опасным и вредным для здоровья является пристрастие к алкогольным напиткам всех возрастных групп военнослужащих. А среди военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, кроме того, распространено пристрастие к психотропным веществам, наркотикам.

Борьба с пьянством, алкоголизмом, наркоманией должна вестись объединёнными усилиями командования, заместителей командиров по воспитательной работе, военных психологов, медицинских работников воинской части.

В настоящее время анализ педагогических, психологических, медицинских и других исследований выявил значительное снижение уровня здоровья у различных категорий военнослужащих. В течение последних 20 лет число молодых людей, относящихся к категории допризывной молодёжи, годных к военной службе, сократилось почти на треть, а более чем у 40% юношей допризывного возраста состояние здоровья и физическая подготовка не соответствуют установленным требованиям.

Результаты этих исследований показывают, что необходима ежедневная кропотливая работа по соблюдению требований воинских уставов и наставлений об оздоровлении условий службы и быта военнослужащих национальной гвардии, с учётом специфики выполняемых задач, климатических условий. Экологической обстановки в районе дислокации частей и подразделений, состояния материального обеспечения и казарменно-жилищного фонда.

Таким образом, подводя итог вышесказанному можно сделать вывод о том, что процесс формирования здорового образа жизни у военнослужащих и его пропаганда достигается деятельностью командиров (начальников), заместителей командиров по работе с личным составом, работников медицинской службы и включает в себя следующие требования:

- строгий контроль со стороны командиров (начальников) за поддержание внутреннего порядка в подразделениях, соблюдением воинской дисциплины среди военнослужащих, безопасностью военной службы, охраной здоровья личного состава;
- создание в воинской части, соединении уставных условий военной службы, быта и системы мер по ограничению опасных факторов военной службы, уменьшением числа факторов риска здоровью, обеспечением удовлетворенности военной службой;
- создание условий для гармонического развития физических и интеллектуальных способностей военнослужащих, исключение психологической напряженности в подразделении, команде, сочетанием и правильным применением мер убеждения, принуждения и общественного воздействия коллектива (офицерские собрания, служебные совещания, подведение итогов боевой подготовки, работы);
- контроль со стороны должностных лиц воинской части, соединения за выполнением распорядка дня, регламента служебного времени, соблюдением режима боевой подготовки, труда и отдыха, организацией занятий по физической подготовке, закаливанию личного состава;
- организация и проведение мероприятий по укреплению воинской дисциплины, по профилактике правонарушений среди личного состава,
- предотвращению наркомании и применению психотропных веществ, алкоголя;
- организация и проведение ежедневного медицинского наблюдения за личным составом в ходе боевой подготовки, несения службы в суточном наряде, повседневной деятельности;

- организация и проведение медицинских осмотров, углубленных и контрольных медицинских обследований военнослужащих, лечебно-оздоровительных мероприятий, назначенных им;
- контроль за соблюдением санитарных правил и норм, гигиенического режима труда, выполнение требований общевоинских уставов по размещению, питанию, водоснабжению, материальному обеспечению военнослужащих.

Здоровый образ жизни становится сегодня в войсках национальной гвардии все более действенным средством в борьбе за здоровье и долголетие, эффективную профессиональную деятельность и более высокое качество жизни.

1. Устав Внутренней службы вооруженных сил Российской Федерации.
2. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие/ Ю.П. Кобяков – Издание 2-е., Ростов н/ Д: Феникс, 2014. – 252с.
3. Куценко Г.И. Книга о здоровом образе жизни/ Г.И.Куценко, Ю.В. Новокиев. – М. 1987.
4. Назарова Е.Н. Основы здорового образа жизни/ Е.Н.Назарова, Ю.Д.Жилов. – 3-е изд. испр. – М. Академия, 2013. – 256 с.

Парахин В.А., Клецов К.Г., Лубшев М.А.

Методика обучения гимнастическим упражнениям на перекладине, с использованием структурно-коррекционных матриц

doi: 10.18411/lj-04-2018-16

idsp: 000001:lj-04-2018-16

Развитие спортивной гимнастики на всех этапах ее существования характеризовалось и характеризуется, прежде всего, постоянным ростом трудности упражнений во всех видах многоборья на фоне неизбежного омоложения гимнастов высшей квалификации. Соответственно все более важным фактором развития этого вида спорта становится совершенствование методологии освоения и совершенствования упражнений, в особенности сложных и, что весьма характерно, рискованных как в процессе их разучивания, так и при непосредственной их демонстрации на соревнованиях.

Одной из основных проблем в связи с этим является проблема внедрения данных специальных, в том числе биомеханических, исследований в учебно-тренировочную практику работы. При этом результаты чисто биомеханических исследований, как правило, нуждаются в педагогической адаптации, которая позволяла бы тренеру осмысливать и практически применять уже сформулированные биомеханические показания, не обращаясь к самостоятельным биомеханическим изысканиям.

В настоящем сообщении приводятся результаты исследования, в процессе которого была предпринята попытка создания адаптированной методики, дающей тренеру возможность использовать результаты биомеханических исследований техники движений для прямого применения в практике освоения и совершенствования гимнастических упражнений.

Объект и предмет исследования. Объектом исследования в настоящей работе являются:

1. Структурно-параметрические (кинематические) формы полетных гимнастических движений (на примере перекладины) и их возможные изменения в процессе освоения и совершенствования упражнения у различных испытуемых;

2. Учебно-тренировочные упражнения, репрезентирующие различные структурно-параметрические компоненты полетных упражнений на перекладине (на моделях «перелета Ковача» и «перелета Ткачева»).

Предметом исследования, соответственно, являются: техника модельных полетных упражнений как средство управления двигательным действием и программным

движением, дающая возможность проектировать учебные упражнения с заданным результатом обучения.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что предпринятый анализ структуры и параметрической специфики полетных упражнений позволит выявить ключевые особенности построения сложных полетных движений, в том числе особенности их параметрической перестройки в процессе обучения, и на этой основе разработать углубленную методику надежного и безопасного освоения упражнений данного типа.

Методика исследования. Для исследования полетных движений на перекладине применялась методика, включающая в себя специальную видеосъемку с последующей камеральной обработкой полученных данных и их синтезом в форме т.н. структурно - коррекционной матрицы (по Ю.К.Гавердовскому, 1985). Полученные в результате этого исходные данные использовались для дальнейшего педагогического исследования со сравнительным анализом техники движения и конструированием основных и корректирующих учебных упражнений, необходимых в процессе формирования соответствующего двигательного навыка

Обработка данных видеосъемки на аналитическом этапе исследования велась по следующей поэтапной методике:

1. Полетные упражнения выполнялись на стандартном гимнастическом комплексе «перекладина – поролоновая яма».

2. По единой для каждой съемки схеме выставлялось видеооборудование. Съемки велись профессиональной камерой VHS Panasonic Nv-M9000EN и цифровой камерой «OLYMPUS» SP-350 8.0. Камеры устанавливались на постоянной позиции относительно снаряда.

3. Исполнитель снимался в плавках, проекции центров суставов (на обеих сторонах тела) уточнялись пальпаторно согласно анатомическим показаниям, наносились светоотражающие метки (плечевой, тазобедренный, коленный и голеностопный суставы).

4. Съемка осуществлялась с частотой, соответствующей 24 кадра в сек. и межкадровому интервалу в 0,04 с.

5. С помощью программы «Word» каждый кадр кондиционных изображений последовательно наносился на формат А4. Полученная таким образом видеодиаграмма включала в себя, в зависимости от характера движения и исполнения от 12 до 24 кадров.

6. Далее, с помощью программ QUICK TIME и COREL DRAW производились по кадровое воспроизведение видеозаписей, прорисовывался «скелет» изображений, получались изображения движения типа палочковой схемы. Все эти данные использовались в дальнейшем для изучения движения, в том числе – для получения необходимых расчетных характеристик, как то – время фаз движения, траектории показательных точек и др.

На этапе синтеза данных полученные параметры движения использовались для биомеханического анализа техники движения и их суммации в виде структурно – коррекционной матрицы (далее - СКМ), описываемой ниже.

Анализ биомеханических эффектов и средств коррекции движения с помощью СКМ. Ниже представлена СКМ, выполненная для перелета ковач. Упражнение представляет перелет через перекладину, выполняемый в форме более или менее сложного сальто назад, завершающегося возвращением в вис с последующим махом вперед.

СКМ (Рис.1) представляет собой двумерную матрицу, сопрягающую в себе причинно-следственные характеристики движения. Левая часть построения («Технические факторы») состоит из 9 разделов, со «строками», соответствующими пофазному прохождению движения. Каждой из фаз (за исключением № 1) соответствуют альтернативные технические способы выполнения относящихся к ней действий и качественно различающиеся по биомеханическим признакам («долгая-краткая», «ранний-поздний» и т. п.). В данном случае выделено 23 альтернативных позиции, хотя в принципе их число не может быть определенным, т. к. зависит от детальности проработки биомеханики движения и причинно-следственных связей между действием и его ожидаемым результатом.

В «столбцах» правой части построения показаны эффекты, биомеханически «чувствительные» к действиям гимнаста и отражающиеся в кинематике действий реализации. В данном случае это параметрические признаки безопорного движения с его вариациями по выраженности вращения назад, смещения назад и высоты полета тела в апогее. Для каждого из этих признаков также предусмотрены альтернативные варианты его изменения по типу «увеличивается (>)-уменьшается (<)».

На пересечении «строк» и «столбцов» СКМ отражены биомеханически наиболее вероятные эффекты того или иного действия гимнаста, так или иначе влияющие (не влияющие) на кинематику полета. Значок «+» соответствует ответу «да», подтверждающему факт изменения признака благодаря данному техническому приему (независимо от желательности этого факта в данном конкретном случае). Соответственно, значок «-» означает ответ «нет». Пустые клетки построения соответствуют неопределенным ситуациям, когда действия гимнаста и их ожидаемый результат зависят от многих причин, находящихся за пределами «разрешающей способности» СКМ. Заливкой выделены столбцы, соответствующие наиболее желательным, стратегическим изменениям

ТЕХНИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ		Вращение наз. в пол.		Смещение наз. в пол.		Высота полета	
		А		Б		В	
		1	2	3	4	5	6
		>	<	>	<	>	<
Прохождение стойки							
1	Быстрое, согнувшись	+	-	+	-		
Проводка с оттяжкой							
2	Долгая	+	-	+	-	+	-
3	Краткая	-	+			-	+
Куна							
4	Долгая, с сильн. сгиб.	+	-	+	-	-	+
5	Краткая со слаб. сг.	-	-	-	+	+	-
Расхлест							
6	Сильный, долгий	+	-	+	-	+	-
7	Сильный, краткий	-	+	-	+		
8	Слабый, краткий	+	-			-	+
Поза в вертикальном вися							
9	Выпрямленная	+	-	-	+		-
10	Сильно прогнутая	+	-	+	-	+	-
Бросок (время, поза)							
11	Как в об. обороте	-	+		-	-	+
12	Поздний, до выпрямл.	-	+		-	+	-
13	Поздний, до сгибания	+	-	+			
Бросок (направление движения стоп)							
14	Вверх-вперед	-	+			-	+
15	Вверх			-	-	+	-
16	Высоко вверх-назад	+	-	+	-	+	-
17	Через стойку, назад	+	-	+	-		
Отход							
18	Ранний, вверх	-	+	-	+	+	-
19	Высокий, вверх-назад	+	-			+	-
20	Поздний, назад	+	-	+	-	-	+
Поза в полете							
21	В группировке	+	-				
22	Раскрываясь до прогиба	-	+				
23	Выпрямившись	-	+				

Рис. 1. Перелет Ковач. Структурная-коррекционная матрица технических факторов и эффектов действий. в кинематике движения. В данном случае это – увеличение интенсивности вращения тела назад в полете (столбец 1); уменьшение смещения назад, т.е. – действия, помогающие сблизиться с грифом при собственно перелете (столбец 4) и, наконец – наращивание высоты полета (столбец 5).

Анализируя СКМ, можно биомеханически обоснованно строить стратегию освоения техники упражнения, выбирая наиболее адекватные в каждом данном случае технические приемы. Важно, что эффект технических приемов, потенциально заложенных в СКМ, не всегда однозначен, т. к. один и тот же прием, дающий позитивный эффект, может одновременно иметь определенные нежелательные последствия, и в зависимости от хода обучения, особенностей восприятия движения учеником, тренеру приходится искать компромиссные решения в построении движения. Но благодаря СКМ, тренер может выбирать такое техническое построение движения, при котором позитивный эффект двигательного действия будет оптимальным, тогда как некоторые недостатки избранной техники будут минимизированы. Так, анализируя эффекты действий, отраженные в СКМ (рис. 1), можно видеть, что «бросок», выполняемый в перелете ковач поздно по времени, с выраженным сгибанием тела (13) и направленный высоко вверх-назад (16) дает безоговорочно позитивный эффект и не имеет технических «теней». Вместе с тем, например, эффекты «кипы», выполняемой долго и с сильным сгибанием тела (4) или, напротив, кратко, со слабым его сгибанием (5) в том и другом случаях неоднозначны, и окончательный выбор должен быть сделан тренером в зависимости от реального хода процесса обучения.

Одна из важнейших аналитических возможностей СКМ заключается также в том, что заложенный в ней подход дает возможность уверенно пользоваться техническими указаниями, позволяющими гибко корректировать двигательные действия гимнаста, добиваясь нужных изменений в результатах движения. В этом смысле заложенные в СКМ символы «да» и «нет» дидактически равноценны, так как говорят о возможном (нужном или ненужном в данном случае) параметрическом изменении движения. Связанные с этим возможности дают в руки тренера инструмент «лепки» движения в процессе обучения и его коррекции в масштабе работы от попытки к попытке и от одного шага, этапа обучения к другому.

1. Аркаев Л.Я. Как готовить чемпионов : Теория и технология подгот. гимнастов высш. квалификации / Аркаев Леонид Яковлевич, Сучилин Николай Георгиевич. - М.: ФиС, 2004. - 326 с.: ил.
2. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений : Попул. учеб. пособие / Гавердовский Юрий Константинович. - М.: Терра-спорт, 2002. - 508 с.
3. Гавердовский Ю. Биомеханика гимнастики : скрытые возможности / Юрий Гавердовский // Наука в олимпийском спорте. - 2013. - N 2. - С. 57-64.
4. Парахин В.А. Обучение разновидностям больших оборотов на перекладине в спортивной гимнастике / В.А. Парахин, А.В. Кузин // Детский тренер. - 2013. - N 1. - С. 26-30.
5. Парахин В.А. Освоение и совершенствование полетных гимнастических упражнений / В.А. Парахин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - N 6. - С. 25.
6. Сучилин Н.Г. Сравнительный анализ мужской и женской техники исполнения перелета Ткачева / Н.Г. Сучилин, А.Б. Юшин, Ю.В. Шевчук // Гимнастика : Теория и практика : метод. прил. к журн. "Гимнастика" / [авт.-сост. Н.Г. Сучилин] ; [Федер. спорт. гимнастики России]. - М., 2013. - Вып. 3. - С. 30-36.

Ряпина Н.Е

Использование коммуникативного метода при обучении аудированию студентов неязыковых вузов

*Пермский государственный национальный исследовательский университет
(Россия, Пермь)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-17

idsp: 000001:lj-04-2018-17

Аннотация

В статье обосновывается важность использования коммуникативного метода при снятии психологического барьера при обучении аудированию. Подчеркивается, что понимание иностранной речи на слух способствует формированию межкультурной коммуникативной компетенции, владение которой является конкурентным

преимуществом студентов на рынке труда. Также, объясняется, почему коммуникативный метод может оказаться неэффективным без подготовительного этапа, который предшествует применению этому методу.

Ключевые слова: межкультурная коммуникация, аудирование, психологический барьер, коммуникативный метод, проблемы восприятия.

Abstract

The article deals with the process of teaching listening skills to students of non-linguistic institutes of higher education. The communicative approach is presented as the most effective in the process of communicative competence formation which is essential for intercultural communication. It can be really useful in the listening skills formation and in the stimulating the process of intercultural communication. It is specially noted that if students are able to understand English speech they can communicate with people from other cultures successfully. As a result they have competitive advantage in the labour market.

Keywords: listening skills, communicative approach, communicative competence, intercultural communication, English speech, cultural norms, competitive advantage.

Невозможно представить современное общество без межкультурной коммуникации. В. С. Библер, говоря о межкультурной коммуникации, отмечает, что она как бы порождает «новый всеобщий социум культуры», особую социальность, точнее форму свободного общения людей в силовом поле диалога культур [1].

В современном мире представители разных культур общаются, используя разнообразные формы коммуникации. Наибольшее значение для людей имеет вербальное общение, средством которого является устная и письменная речь.

Таким образом, владение иноязычной речевой деятельностью может быть названо средством эффективного межкультурного взаимодействия, а ведущим язык международного общения сегодня является английский язык.

В соответствие с самостоятельно устанавливаемым образовательным стандартом высшего образования (СУОС ВО) Пермского государственного научного исследовательского университета в рамках курса изучения иностранного языка, у студента направления подготовки 38.03.01 (Экономика) должна быть сформирована общекультурная компетенция, а именно, студент должен «владеть базовой лексикой и грамматикой одного из иностранных языков, основами разговорной речи; уметь читать тексты на общеобразовательные и профессиональные темы, передавать их содержание на русском и иностранном языках» [2].

Как мы можем видеть, требования к овладению иностранным языком достаточно невысоки. Но, тем не менее, современные молодые люди стремятся овладеть английским языком, чтобы быть полноценными участниками межкультурного общения в разных сферах.

Необходимо также отметить, что уверенное владение английским языком после окончания высшего учебного заведения может сделать их более конкурентоспособными на рынке труда.

Для того, чтобы участвовать в общении необходимо уметь сформулировать собственное высказывание, а также понять речь собеседника. То есть, говорение и аудирование обеспечивают возможность общения на английском языке.

Под аудированием понимается рецептивный вид речевой деятельности, который представляет собой одновременное восприятие и понимание речи на слух [3].

Практика показывает, что если при построении высказывания, трудности возникают только у незначительного процента студентов, то аудирование вызывает затруднения практически у 80 процентов молодых людей.

Так студентам первого курса экономического факультета было предложено назвать самый сложный для них аспект в изучении английского языка. Около 80 процентов учащихся назвали понимание английской речи на слух. При этом они говорили, что не могут уловить смысл высказывания в целом, а также им не понятны и

отдельные смысловые отрезки. Некоторые студенты отметили, что они не различают даже границы отдельных слов. В связи с этим, им сложно воспринимать английскую речь на слух.

Важным является тот факт, что у многих учащихся из-за негативного опыта аудирования формируется психологический барьер, то есть студенты уже заранее настроены на неудачу понимания английской речи. Как следствие существования подобного барьера, межкультурное общение становится практически невозможным и студенты не способны участвовать в межкультурной коммуникации.

Вышеизложенное подчеркивает необходимость обстоятельного рассмотрения вопроса об обучении аудированию. Аудирование должно перестать быть стрессовым фактором для студентов при изучении английского языка, должно стать видом речевой деятельности, который интересен и приятен учащимся.

Можно предположить, что перспективу для решения этой проблемы открывает коммуникативный метод обучения иностранному языку.

Как известно, коммуникативный метод направлен в первую очередь на снятие языкового барьера, на создание психологической готовности к общению, а значит, и готовности к восприятию информации на слух.

Обсуждение текстов, фильмов и реальных ситуаций, в которых представлены реалии страны изучаемого языка и дается представление о ее обычаях и менталитете жителей, диалоги и полилоги на разные темы позволяют студентам использовать и обогащать словарный запас в ситуациях естественного общения. Также они могут усваивать лексику и грамматику изучаемого языка, погружившись в языковую среду страны изучаемого языка.

Но, прежде всего, для того чтобы студенты смогли почувствовать атмосферу страны изучаемого языка и адекватно воспринять реалии и менталитет жителей страны, должно возникнуть понимание высказывания. Только лишь после этого студент сможет преодолеть психологический барьер при аудировании.

Практика показывает, что как только возникает хотя бы минимальное понимание звучащей английской речи, учащимся становится интересно слушать, и они стремятся слушать как можно больше. Причем, некоторые студенты слушают песни, смотрят фильмы на английском языке и в свободное от учебы время.

Как известно, понимание высказывания зависит от его восприятия на нескольких уровнях.

Во-первых, студенты должны уметь воспринимать звуки иноязычной речи, то есть понимать речь на фонетическом уровне. Во-вторых, восприятие речи происходит на лексико-сематическом уровне, главной конститутивной единицей которого является слово как носитель лексического значения, по мнению В.А. Гречко. В-третьих, на синтаксическом уровне необходимо понимание синтаксических связей.

У студентов сложности могут возникать на любом уровне восприятия английской речи. Из-за отсутствия или недостаточной практики аудирования часто учащиеся не могут выделять отдельные слова в высказывании, то есть звуки английской речи сливаются, затрудняя восприятие. Понимание речи, также, часто страдает по причине ограниченного лексического запаса молодых людей. Помимо этого, структура предложения часто воспринимается частично или не воспринимается вообще.

Учитывая вышесказанное, возможно предположить, что коммуникативный метод может оказаться неэффективным, если предварительно не устранить базовые трудности восприятия английской речи на фонетическом, лексико-сематическом и синтаксическом уровне. Даже при условии, что преподаватель, например, обрисовал ситуацию общения из реальной жизни страны, охарактеризовал ее участников и четко сформулировал цель общения, вряд ли студент воспримет информацию, если он испытывает сложности хотя бы на одном из вышеуказанных уровней.

Таким образом, с нашей точки зрения, снятие базовых трудностей восприятия английской речи на фонетическом, лексико-сематическом и синтаксическом уровне можно рассматривать как подготовительный этап перед полноценным использованием

коммуникативного метода при обучении аудированию, а также как необходимый этап при устранении психологического барьера при аудировании.

В зависимости от уровня группы преподаватель подбирает упражнения направленные на восприятие отдельных звуков, на сравнение и умение различать схожие звуки английского языка, прорабатывает лексику по различным темам, а также студенты учатся понимать синтаксические связи.

Для поддержания интереса упражнения направленные на устранение этих трудностей могут быть построены с использованием слов, фраз, предложений и мини диалогов по темам, которые интересны студентам. Например, темы могут быть связаны с жизнью их сверстников за рубежом.

Только лишь после данного предварительного этапа представляется возможным в полной мере обучение восприятию современного, естественного языка с использованием материалов из жизни носителей языка.

Другими словами, психологический барьер при обучении аудированию может быть устранен и коммуникативный метод обучения без сомнений представляется наиболее действенным при решении этой проблемы. Однако преподаватель должен предварительно определить проблемы восприятия английской речи студентами на фонетическом, лексико-семантическом и синтаксическом уровне и снять возможные трудности, которые могут стать препятствием к использованию коммуникативного метода.

Таким образом, при условии соблюдения вышеперечисленных рекомендаций, студенты начинают понимать содержание высказываний и воспринимают английскую речь с удовольствием. Как следствие, они способны быть полноценными участниками межкультурной коммуникации.

1. Библер В.С. От наукоучения к логике культуры. – Политиздат, 1991. 417 с.
2. Самостоятельно устанавливаемый образовательный стандарт высшего образования ПГНИУ. Направление подготовки 38.03.01 Экономика, 2016. – 38 с.
3. Колесникова И.Л., Долгина О.А. Англо-русский терминологический справочник по методике преподавания иностранных языков. – СПб, 2001. 224 с.

Салахудинова Е.С., Загоровская Н.В.

Виды физкультурно-спортивной активности подростков и их педагогический потенциал

*РГУФКСМиТ
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-18

idsp: 000001:lj-04-2018-18

Сегодня, все более четко осознается, что традиционные, издавна сложившиеся и активно использовавшиеся в практике системы физического воспитания формы физкультурно-спортивной работы далеко не всегда и не во всем отвечают современным требованиям, а потому необходим активный поиск новых форм двигательной активности, способный привлечь внимание подростков.

В первую очередь речь идет о том, чтобы найти такие формы и методы организации физкультурно-спортивной деятельности, на основе которых могут быть удовлетворены потребности в оптимизации физического и психического состояния, культивировании здорового образа жизни, не упуская при этом проблемы повышения культурного потенциала социума.

Поиск эффективных и соответствующих требованиям сегодняшнего дня форм физкультурно-спортивной деятельности, в том числе и внедрение нетрадиционных форм физической культуры, требует изменения подходов к ведению агитационно-пропагандистской работы.

В последние годы в России достаточно четко прослеживается тенденция использования разнообразных средств физического воспитания и организационных форм занятий.

В содержательном плане это выражается расширением спектра физкультурно-спортивной активности: скейтборды, ролики, горные лыжи, разновидности танцевально-спорта (бальные, «учичные» и т.п.), разновидности гимнастики (ритмическая гимнастика, шейпинг, аэробика и т.п.), восточных боевых искусств (айкидо, кэндо, ушу, таэкван-до, каратэ-до и т.п.), восточных оздоровительных систем (йога, цигун, оздоровительное ушу и т.п.).

В организационном плане наряду с уроками физической культуры в школе, более активно стали внедряться занятия в форме дополнительного физкультурного образования: спортивные школы, спортивные секции, спортивные клубы, самостоятельные спортивные организации, тренажерные залы и т.д.

Такое расширение пространства физической культуры за счет дополнения существующих форм нетрадиционными, дает возможность значительно увеличить контингент вовлеченных в те или иные структуры и повысить потенциал физической культуры.

Интерес к физической культуре, можно сказать, является одним из основных в становлении и воспитании подростка, поскольку здесь находит отражение естественная потребность в движениях и новых впечатлениях, в новой информации и общении. Этот факт очень важен, как средство профилактики и снижения агрессивности подростков.

Исследования ученых показали, что в подростковом возрасте процесс морально-волевого становления личности зависит от физического состояния подростка (1,2). Чем увереннее в себе подросток, тем меньше проблем встает перед ним.

Основными проблемами в подростковом периоде являются: насмешки и придиризм сверстников, заниженная самооценка и самоуважение, замкнутость, уход в себя, тревожность и т.д.

Таким образом, в этот сложный для подростка период необходимо со стороны педагога создать условия и предпосылки вхождения такого подростка в позитивный контакт со своим окружением:

- передача позитивного опыта от одного подростка к другому без видимого воспитательного воздействия педагога;
- приобщение к трудовой деятельности в игровой форме (привлечение к тренировочному процессу и собственно соревновательной деятельности);
- формирование способности к концентрации усилий и воспитанию воли через физкультурно-спортивную деятельность;
- преодоление состояния «отрешенности», безразличия к окружающим и самоутверждения через игровую форму и соревновательный характер физкультурно-спортивной деятельности.

Как видим, вовлеченность в сферу физической культуры и спорта помогает устранить характерные для подростков с отклоняющейся от норм социализацией такие негативные черты и свойства характера как:

- высокие, не подкрепленные реальностью притязания;
- деформирования системы ценностей;
- хроническая конфликтность в отношениях со взрослыми;
- изоляция в пределах замкнутой группы;
- особенности характера;
- пониженное самоуважение, агрессивность и тревожность (3).

Важное значение приобретает и проблема выбора формы физической активности, в основе этого выбора лежит мотивация. У одних она связана с последующей спортивной карьерой, у других – защитить себя и своих близких от хулиганов, у третьих – получение удовольствия от занятий физическими упражнениями, у четвертых – поддержание физической формы и т.п.

Исследования Н.Ю.Шумаковой, которая установила, что подростки 13-15 лет, выполняя определенные виды физических упражнений, испытывают широкий спектр разнообразных чувств и во время занятий для них характерны следующие эмоциональные состояния:

- при занятиях спортивными и подвижными играми – чувство радости, азарта, удовлетворения;
- расслабление, симпатия к партнеру, вдохновение в основном возникает во время занятий танцами;
- агрессивность, ярость и жестокость присущи для занимающихся боевыми искусствами.

Показательно, что при занятиях спортивными и подвижными играми не выпадает восприятие духовной стороны и отсутствуют характерные для сопоставляемых видов физкультурно-спортивной активности чувства эгоизма, агрессивности и других социально-негативные проявления.

Таким образом, занятия спортивными и подвижными играми позволяют решить важную в общепедагогическом плане задачу – повысить двигательную активность подростков, не принося в жертву формирование социально-позитивной направленности личности.

Для успешного формирования у школьников устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями необходим, прежде всего, индивидуальный подход с учетом уровня развития их двигательных качеств и функциональных возможностей организма, а также с учетом их мотивационной сферы.

1. Зотов Ю.И. Воспитание подростков в спортивном коллективе.- М., 1984
2. Михеев А.И. Формирование интереса к спорту у педагогически запущенных подростков: Автореф.дис....канд.пед.наук.-М., 1969
3. Шумакова Н.Ю. Взаимосвязь физических упражнений с агрессивным поведением подростков//Теория и практика физической культуры.-2002.-№9.-С.54.

Старыгина Г.П., Старыгин В.С.

Адаптация студентов к самостоятельным занятиям по физической культуре

*Бийский технологический институт (филиал) ФГБОУ ВО «Алтайский
государственный технический университет
им. И. И. Ползунова»
(Россия, Бийск)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-19

idsp: 000001:lj-04-2018-19

Аннотация

В статье рассматривается проблема адаптации студентов в первый год обучения к самостоятельным занятиям физической культурой.

Ключевые слова: физическая культура, физические упражнения, здоровье, адаптация, мотивационная сфера, самостоятельные занятия.

Совершенствование системы образования выдвигает ряд сложных и ответственных задач, связанных с научным обоснованием целей, содержания, средств и методов учебно-воспитательной деятельности. Указанные задачи возможно выполнить лишь на основе привлечения студентов к физической культуре и спорту. Особый интерес представляет собой проблема адаптации студентов к обучению. В последнее время исследования показывают, что адаптация вчерашних школьников проходит со значительными трудностями. Данный факт подтверждает то, что успеваемость у студентов первого курса ниже, чем оценки, которые они получали в школе. Первокурсники, получающие удовлетворительные оценки, составляют 70% студентов.

Причиной неуспеваемости является не отсутствие желания учиться или способностей, а неумение быстро приспосабливаться к вузовским условиям. Студенты, на начальном этапе обучения сталкиваются с рядом трудностей - не получают своевременной, необходимой помощи со стороны преподавателей в этот период, другая более высокая нагрузка, свободная жизнь. В результате этого, переходный период для многих студентов оказывается чрезвычайно сложным [1].

По мнению многих ученых, процесс адаптации первокурсника должен быть целенаправленным, планомерным, организованным и управляемым. Решение вопросов адаптации первокурсника с целью их наиболее быстрого и безболезненного включения в атмосферу обучения является важным шагом на пути совершенствования учебного процесса[3].

Можно выделить основные факторы, влияющие на процесс адаптации студентов-первокурсников к сложным для себя условиям обучения. К традиционным факторам процесса адаптации относятся: личностно-психологический (адаптация к жизни без родных и близких); социально-бытовой (адаптация к условиям жизни в учебном заведении к бытовой и материальной самостоятельности); фактор межличностного общения (адаптация к составу учебных групп и потоков); фактор адаптированности к педагогической системе (адаптация к новой системе образования, контроля, требований). Среди различных причин, ухудшающих состояние здоровья студентов выделяют – низкую двигательную активность, перегрузки в процессе занятий, большое количество времени перед экраном компьютерного монитора, проблемы межличностных отношений, нарушение режима питания и сна и т. д.

Изучение влияния самостоятельных занятий физической культурой на состояние здоровья студентов их адаптацию к обучению является главной целью. Учебные занятия должны воздействовать на мотивацию студента к занятиям физическими упражнениями. Процесс подготовки студентов к самостоятельным занятиям имеет следующую структуру: выявление исходного уровня физической подготовки; формирование социально значимых мотивов для студента; управление динамикой мотивации со стороны преподавателя; планируемый конечный результат.

Физические упражнения при условии разработки четкого алгоритма деятельности и управления мотивацией студента создают необходимые предпосылки к самостоятельным занятиям. Для этого требуется смена акцентов в целевой установке академических занятий – переноса основного внимания с физической подготовки и сдачи контрольных нормативов на формирование специальных тренировочных занятий по видам спорта и методических умений и навыков студентов. Для этого нужно добиться тренирующего эффекта в развитии физических качеств не только за счет академических занятий, а в большей мере за счет дополнительных к ним, самостоятельных, по выбранному виду спорта.

Мотивами занятий физическими упражнениями являются: укрепление здоровья и всестороннее развитие личности, повышение уровня умственной и физической работоспособности, подготовка к будущей профессиональной деятельности, развитие адаптационных способностей.

Таким образом, для повышения адаптации студентов к обучению необходима целенаправленная работа по их подготовке к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Содержание её должно обеспечивать теоретическую, методическую подготовку, усвоение методик самоконтроля за физическим и функциональным состоянием организма.

1. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб.пособие/ М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – М.: Гардарики, 2007. – 218 с.
2. Павлюк, Н.Б. Адаптация к обучению студентов первого курса педагогического вуза средствами физической культуры: автореф. дис. канд. пед. наук / Н. Б. Павлюк. – Шуя, 2006. – 22 с.
3. Караваева, Н.Н. Педагогическое сопровождение адаптации студентов к учебному процессу технического вуза: автореф. дис. канд. пед. наук / Н. Н. Караваева. – Тула, 2006. – 19 с.
4. Маляренко, Т.Н. Валеологические аспекты вузовского образования / Т.Н. Маляренко // Валеология. – 1996. - №2. – С. 18-27.

Томашевич А.М., Жарикова Е.Л.

Особенности организации и проведения анимационных программ на культурно и спортивно-массовых мероприятиях

*МСХП им В.А. Губанова
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-20

idsp: 000001:lj-04-2018-20

Аннотация

Статья посвящена вопросам определения специфики организации и проведения анимационных программ на культурно и спортивно-массовых мероприятиях с целью установления их основных характеристик. Это позволит опираясь на их понимание грамотно организовывать и выстраивать развлекательное действие и правильно подбирать игровой материал с учетом особенностей проведения.

Ключевые слова: анимационные программы, игры-аттракционы, массовые мероприятия.

Современная массовая культура и потребности общества в последние годы поддерживают стабильный высокий интерес к всевозможным массовым мероприятиям, которые встречаются в совершенно разных сферах нашей жизни. К массовым мероприятиям можно отнести проведение всероссийских, региональных, местных, а также религиозных праздников на местах, всевозможные фестивали, спортивные соревнования, конференции и другие события, сопровождающиеся скоплением большого количества участников и/или зрителей. При таком объеме досуговых программ идет постоянная борьба за привлечение как можно большего интереса к каждому конкретному мероприятию, особенно в больших городах, где сфера развлечений во всех ее аспектах переполнена культурными и спортивными событиями.

Именно поэтому всё большее количество подобных мероприятий сопровождается анимационными программами, которые увеличивает зрительский интерес к самому событию, служат способом улучшения общего эмоционального фона и организации дополнительной формы досуга зрителей. Это является весомым аргументом в необходимости таких программ как для самих организаторов подобных мероприятий, так и для зрителей, которые могут найти интересные для себя и детей аспекты практически в любом событии, на котором они могут оказаться.

Для лучшего понимания особенностей организации и проведения анимационных программ необходимо дать им четкое определение и сформулировать основные характеристики, влияющие на подбор игрового материала при их проведении.

Анимационные программы – обычно дополнительное сопровождающее основное мероприятие действо, используемое с целью поднятия общего эмоционального фона, увеличения заинтересованности целевой аудитории, привлечения дополнительных зрителей (болельщиков) для основного представления (соревнования), для их развлечения перед началом и во время длительного нахождения на месте проведения мероприятия.

В этом случае участники такой программы могут быть полностью не готовы к участию в играх даже средней интенсивности, так как изначально чаще всего не знают о наличии в программе анимационной составляющей. Обычно так происходит, когда анимационная программа осуществляется, например, в рамках встречи гостей на каком-либо массовом культурно-развлекательном представлении, где подразумевается присутствие зрителей в праздничной нарядной одежде.

В связи, с чем подвижные игры, используемые в анимационных программах, часто являются играми-аттракционами и характеризуются следующими параметрами:

- не сложные в исполнении;

- продолжительностью – от 1 до 5 минут;
- малой и средней интенсивности;
- имеют 1-2 правила;
- чаще всего индивидуальные;
- не требуют большой физической подготовленности;
- могут основываться на проявлении таких качеств как внимание, меткость, сообразительность, быстрота реакции.

Еще одно понятие, упоминаемое нами и требующее более подробного рассмотрения – игры-аттракционы. К ним относят простые, непродолжительные, малой интенсивности игры, зрелищные для болельщиков и увлекательные для участников. Обычно они проводятся с выбыванием до выявления победителя, которому и вручается приз. Как правило, участник такой игры может в любой момент, по желанию, войти и выйти из нее, не нарушая, ее хода.

Другая ситуация складывается в случае когда анимационная программа сопровождает спортивные или физкультурные соревнования, например, школьную Олимпиаду или Спартакиаду организаций-заказчиков, сектора массовой физической культуры. В этом случае потенциальными участниками являются спортсмены-любители, участвующие в различных видах состязаний и их болельщики. Поэтому принцип подбора игрового материала является схожим с его формированием в анимационных спортивно-развлекательных представлениях, то есть игры могут быть и достаточно сложные, интенсивные, средней продолжительности.

Таким образом, определив специфику анимационных программ, мы установили их основные характеристики, что позволяет опираясь на их понимание грамотно организовывать и выстраивать развлекательное действие и правильно подбирать игровой материал с учетом особенностей проведения.

1. Ерошенков И.Н. Культурно-досуговая деятельность в современных условиях. Москва, 1994.
2. Приезжаева Е.М. «Анимационный менеджмент»: Учебно-методическое пособие.- М: советский спорт, 2007
3. Современные технологии социально-культурной деятельности: Учебное пособие.- Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2002
4. Тихоновская Г.С. Творческий метод как основа сценарно-режиссерских технологий создания культурно-досуговых программ//Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2012. № 6. С.134-140.

РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЯ

Алагуев М.В.

Акцентуации характера несовершеннолетних правонарушителей Республики Бурятия

*Бурятский государственный университет
(Россия, Улан-Удэ)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-21

idsp: 000001:lj-04-2018-21

На прошедшем в феврале 2018 года заседании коллегии Министерства внутренних дел Российской Федерации Президент Российской Федерации особо отметил, что необходимо «оперативно реагировать на все сигналы, поступающие от учителей, родителей, самих школьников, более активно заниматься профилактикой подростковой преступности». Несмотря на отмечаемое с 2012 года снижение числа уголовно наказуемых деяний, совершаемых подростками, вопрос профилактики безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних является одним из наиболее острых для российского общества. Несовершеннолетние, как отмечает в своих исследованиях С. В. Прокурова, всегда были и остаются самой «уязвимой» частью общества, так как отличаются в виду возрастных особенностей неустоявшейся психикой, отсутствием зрелости, несформированностью до конца системой ценностных ориентаций.

В настоящее время проблема детской и подростковой преступности в Республике Бурятия стоит особо остро. После чрезвычайной ситуации, произошедшей 19 января 2018 года в пос. Сосновый Бор города Улан-Удэ, когда несовершеннолетние совершили общественно опасное деяние, квалифицированное Следственным комитетом Российской Федерации как покушение на убийство (ч. 3 ст. 30, ч. 2 ст. 105 Уголовного кодекса Российской Федерации), в Правительстве Бурятии прошла комиссия по профилактике правонарушений под председательством Главы Республики Бурятия А. С. Цыденова. В ходе совещания в котором приняли участие руководство Управления ФСБ России по Республике Бурятия, министерства внутренних дел Республики Бурятия, Прокуратуры Республики Бурятия, главный федеральный инспектор по Республике Бурятия, депутаты Госдумы РФ, а также члены Правительства РБ и представители других министерств и ведомств, было принято решение о необходимости усиления психологической помощи в школах. Было отмечено, что особо важной является работа по предупреждению и профилактике подростковой преступности в республике.

Центры временного содержания для несовершеннолетних правонарушителей органов внутренних дел обеспечивают приём несовершеннолетних в целях защиты их жизни, здоровья и предупреждения повторных правонарушений. Основными задачами помимо этого являются проведение индивидуальной профилактической работы с доставляемыми, а также установление обстоятельств, причин и условий, способствующих совершению правонарушений. Индивидуальная профилактическая работа выполняется в целях развития положительных склонностей и интересов, устранения недостатков в поведении, приобщения к учёбе и труду.

Работа с несовершеннолетними в Центрах ведётся воспитателями и психологами. Согласно Инструкции по организации деятельности центров временного содержания для несовершеннолетних правонарушителей, заключение психолога о результатах обследования несовершеннолетнего и рекомендации по дальнейшей работе с ним является обязательным документом учётно-статистических дел несовершеннолетних, помещённых в ЦВСНП. Однако же, как показывают исследования, пути, направления и методы оказания психологической помощи несовершеннолетним правонарушителям

изучены недостаточно глубоко; мало исследований, связанных с изучением специфики работы специалистов с несовершеннолетними правонарушителями в ЦВСНП.

Анализ девиантного поведения несовершеннолетних должен проводиться системно, с учётом изучения свойств личности и возрастных норм развития. Для эффективности проводимых профилактических мероприятий детальное изучение каждого конкретного случая отклоняющегося поведения должно проводиться психологом также с учётом специфики развития личности в условиях региона, общества и культуры, к которой принадлежит несовершеннолетний.

В своих исследованиях учёные характеризуют личность подростково-правонарушителей резким индивидуализмом, игнорированием норм общества, стремлением во что бы то ни стало удовлетворить свои потребности. Как правило, основными интересами подростка-правонарушителя являются гедонистические интересы – развлечения, игры, кино и прочие. Интерес к зрелищам и риску гипертрофирован, эстетические интересы, как например чтение, музыка и театр, являются почти полностью подавленными. Г. Г. Бочкарева отмечает, что личность подростка-правонарушителя можно охарактеризовать следующими чертами: низкая культура организации досуга, интерес к бесцельному времяпрепровождению и лень.

Помимо этих личностных свойств, характерных для несовершеннолетних преступников, исследователями отмечается стойкая утрата неформальных связей с учебным или трудовым коллективом, а также непризнание правовых и моральных норм. Всё вышесказанное говорит о наличии значительных различий между личностью подростка-правонарушителя и социализированного подростка (Бочкарёва, 1972).

Акцентуации характера были изучены немецким психиатром К. Леонгардом и советским психиатром А. Е. Личко. Акцентуации описываются как чрезмерно выраженные черты характера. В зависимости от уровня выраженности выделяют две степени акцентуации характера: явную и скрытую. Явная акцентуация относится к крайним вариантам нормы, отличается постоянством черт определенного типа характера. При скрытой акцентуации черты определенного типа характера выражены слабо или не проявляются совсем, однако могут ярко проявиться под влиянием специфических ситуаций.

На базе теории К. Леонгарда в 1970 г. немецкий конфликтолог Г. Шмишек разработал личностный опросник для диагностики типа акцентуации. В результате выявляется один из десяти типов акцентуации характера (по классификации К. Леонгарда):

1. Демонстративный тип. Характеризуется повышенной способностью к вытеснению.
2. Педантичный тип. Лица этого типа отличаются повышенной ригидностью, инертностью психических процессов, неспособностью к вытеснению травмирующих переживаний.
3. Застывающий тип. Характерна чрезмерная стойкость аффекта.
4. Возбудимый тип. Повышенная импульсивность, ослабление контроля над влечениями и побуждениями.
5. Гипертимический тип. Повышенный фон настроения в сочетании с оптимизмом и высокой активностью.
6. Дистимический тип. Сниженный фон настроения, пессимизм, фиксация теневых сторон жизни, заторможенность.
7. Тревножно-боязливый. Склонность к страхам, робость и пугливость.
8. Циклотимический тип. Смена гипертимических и дистимических фаз.
9. Аффективно-экзальтированный. Легкость перехода от состояния восторга к состоянию печали. Восторг и печаль — основные сопутствующие этому типу состояния.

10. Эмотивный тип. Родственен аффективно-экзальтированному, но проявления не столь бурны. Лица этого типа отличаются особой впечатлительностью и чувствительностью.

При обработке результатов теста могут быть выделены две степени акцентуации: скрытая (при количестве набранных диагностических баллов от 12 до 18) и явная (при количестве баллов 19 и более). В нашем исследовании мы рассматривали явные акцентуации, в связи с тем, что явные акцентуации, в отличие от скрытых, свидетельствуют о неких тенденциях в поведении, тогда как скрытые могут лишь проявляться в некоторых ситуациях.

В нашей стране применяются варианты для взрослых (адаптация В. М. Блейхера, 1973) и для детей и подростков (модификация И. В. Крук, 1975). Различие между ними заключается в формулировке вопросов – в детском варианте они составлены с учётом интересов и аффективной значимости понятий в детском и подростковом возрасте. В нашем исследовании были применены оба варианта опросника. Несовершеннолетним в возрасте с 10 по 14 лет предлагалось пройти детский вариант опросника; несовершеннолетним старше 14 был предложен вариант для взрослых.

Исследование проводилось в Центре временного содержания для несовершеннолетних правонарушителей Министерства внутренних дел по Республике Бурятия с 13 октября 2016 года по 1 марта 2018 года. Количество несовершеннолетних, помещённых на срок до 30 суток, исследованных по методике «Опросник Шмишека» (старше 10 лет), составило 109 человек. Всего по меньшей мере с одной сформированной акцентуацией характера выявлено 64 человека, что составляет 58,72% испытуемых. При этом более одной сформированной акцентуации имели 33 из них, что составляет 30,28% испытуемых.

Наиболее часто встречаемой акцентуацией среди несовершеннолетних правонарушителей является циклотимный тип: её имели 22,02% всех исследованных несовершеннолетних (24 человека). На втором месте по встречаемости – гипертимный тип (18,35% или 20 человек). Значительно менее распространены такие типы, как тревожный, педантичный и демонстративный, каждый из них встречается менее чем в 5,51% случаев. Был выявлен всего 1 случай акцентуации по дистимному типу. Более подробно данные расписаны в Рис. 1.

Рисунок 1. Распространённость акцентуаций характера по типам среди воспитанников ЦВСНП.
Примечание. Число у каждого показателя – процент несовершеннолетних правонарушителей, у которых была выявлена данная акцентуация.

Стоит особо отметить, что циклотимный, гипертимный и экзальтированный типы отличаются бурностью эмоциональных проявлений и сниженным волевым контролем собственного поведения. В 13 случаях из 19 диагностированных экзальтированный тип был связан с циклотимным. Другими словами, 11,93% испытуемых имели акцентуации по обоим типам одновременно, что особо описано В. М. Блейхером и И. В. Крук как состояние крайней лабильности нервной системы.

Практически все испытуемые имели малое количество диагностических баллов по дистимному типу (средний балл равен 3,72). Сочетание низких баллов по дистимному типу и высоких по циклотимному и гипертимному описывается как недостаточная искренность, показательная энергичность и стремление произвести впечатление на окружающих при низкой удовлетворённости сложившимися отношениями с близкими.

Полученные благодаря данной работе данные можно использовать в дальнейшей работе с подростками-правонарушителями. Они могут способствовать эффективной профилактике общественно опасного поведения.

1. А. Ф. Караваев, В. Е. Петров. Психологическое обеспечение формирования и развития личности : учебно-методическое пособие. – М., 2006. – 144 с.
2. А. Ю. Решетников, О. Р. Афанасьева. Криминология. – М.: Издательство Юрайт, 2012. – 155 с.
3. Президент России :Расширенное заседание коллегии МВД России / Режим доступа (URL : <http://www.kremlin.ru/events/president/news/56949>)
4. Щеткин Юрий Юрьевич, Молочная Наталья Леонидовна, Кривоногова Лилия Ивановна Социально-психологическая характеристика подростка-правонарушителя // Вестник Таганрогского института имени А.П. Чехова. 2009. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskaya-harakteristika-podrostka-pravonarushitelya> (дата обращения: 15.03.2018). КиберЛенинка: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskaya-harakteristika-podrostka-pravonarushitelya>
5. Труве Э.И., Лавриченко Н.В. Особенности личностных характеристик подростков, находящихся в Центре временного содержания несовершеннолетних правонарушителей // Инновационная наука. 2015. №12-3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-lichnostnyh-harakteristik-podrostkov-nahodyaschihsya-v-tsentre-vremennogo-soderzhaniya-nesovershennoletnih> (дата обращения: 15.03.2018). КиберЛенинка: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-lichnostnyh-harakteristik-podrostkov-nahodyaschihsya-v-tsentre-vremennogo-soderzhaniya-nesovershennoletnih>
6. С. В. Прокурова. Психологические особенности работы с подростками, находящимися в центрах временного содержания несовершеннолетних правонарушителей : автореферат дис. ... кандидата психологических наук / Моск. гос. обл. ун-т. - Москва, 2006. - 27 с.
7. Информационно-правовое обеспечение деятельности психологической службы МВД России. – М.: ГУК МВД России, 2003. – 210 с. Коллектив авторов: Марьин М. И., Касперович Ю. Г., Адаев А. И., Ефимкин С. В., Егоров К. А., Петров В. Е.
8. М. Р. Битянова. Организация психологической работы в школе. – М., 2000.
9. Методика организации социально-психологических исследований в органах внутренних дел : методическое пособие. Под общей ред. В. Л. Кубышко – М.: ЦОКР МВД России, 2008. – 64 с.
10. Федеральный закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" от 24 июня 1999 № 120-ФЗ
11. Приказ МВД РФ от 1 сентября 2012 г. № 839 «О совершенствовании деятельности центров временного содержания для несовершеннолетних правонарушителей»
12. Следственный комитет РФ :По ходатайству следствия арестованы еще двое соучастников нападения на учеников школы в Бурятии / <http://sledcom.ru/news/item/1197688>
13. Органы государственной власти Республики Бурятия : В Правительстве Бурятии прошла комиссия по профилактике правонарушений под председательством Алексея Цыденова / [http://egov-buryatia.ru/index.php?id=4&tx_ttnews\[tt_news\]=47222](http://egov-buryatia.ru/index.php?id=4&tx_ttnews[tt_news]=47222)
14. Бочкарева Г. Г. Психологическая характеристика мотивационной сферы подростков-правонарушителей // Изучение мотивации поведения детей и подростков. — М.: Педагогика, 1972. — 352 с.
15. Батаршев, А.В. Диагностика черт личности и акцентуаций. Практическое руководство / А.В. Батаршев. – М.: Психотерапия, 2006. – 288 с.
16. Кортнева, Ю. Диагностика актуальных проблем / Ю. Кортнева. – М.: Институт Общегуманитарных исследований, 2004. – 240 с.
17. Паршукова, Л.П. Акцентуации характера: учебное пособие / Л.П. Паршукова, И.В. Выбойщик. – 2-е изд., испр. и доп. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007. – 84 с.

Грекова А.А.

Проблематика влияния типа темперамента на учебную деятельность студента

Смоленский государственный университет
(Россия, Смоленск)

doi: 10.18411/lj-04-2018-22

idsp: 000001:lj-04-2018-22

Аннотация

В статье анализируется проблематика зависимости успеваемости обучающегося от типа темперамента его личности, что доказывается эмпирически. Предположение о том, что успешность обучения по дисциплинам различного профиля связана с типологическими качествами человека полностью подтвердилась.

Ключевые слова: студент, мотивация, психотипологическая структура личности, успеваемость, учебная деятельность.

Качество обучения, как проблема образования не нова, она волнует не только самого обучающегося, но также и преподавателя, и работодателя, и само общество. Исследователи отмечают влияние внешних и внутренних факторов на успеваемость студента [1, 2, 4]. Первые, внешние факторы не зависят от него, это личностные особенности преподавателя, стили руководства, критерии, оценки и другие. К внутренним же факторам отнесем индивидуальные особенности самого обучающегося. Отсюда можно предположить, что существует зависимость качества обучения от типа темперамента личности. Именно это и будет рассмотрено и проанализировано в статье.

Учитывая теоретические позиции, на которые мы сослались выше, представляется возможным проследить зависимость успешного обучения в овладения профессиональными ЗУНами от психотипологической структуры личности обучающегося.

Но, изначально отметим, что психологический тип отображает разновидность конституциональной нормы, с одной стороны, а акцентуации, как дополнительная характеристика человека по отношению к типу с другой – позволяют иметь полное и целостное психологическое описание отдельного человека, содержащее сильные (тип) и слабые (акцентуации) стороны его личности. Эти данные важно учитывать для оценки возможностей человека (студента) к адаптации и самореализации, в нашем случае в степени его успеваемости. Кроме того оговоримся в следующем: индивидуальные особенности студента тесным образом связаны и с такими внутренними факторами, влияющими на успеваемость, как мотивация учения, интерес к учебному труду, отношение к образовательному процессу, потребность учиться (И.П. Подласый) [6].

Как известно, движущей силой поведения личности и ведущее место в ее структуре, занимает мотивация, включающая основные структурные образования: способности, характер, эмоции, направленность личности, деятельность. Маркова А.К., рассматривая эту сферу применительно к учению, указывает на иерархичность ее строения: потребность в учении, его смысл и мотив, цель учения, эмоции, отношение и интерес [5]. Именно в этом ее позиция едина с позициями А.Н. Леонтьева, доказывавшего, что сначала важно создать мотив, и далее открыть возможность нахождения цели. И Выготского Л.С., утверждавшего, что целевая установка побуждает обучающегося к получению отметки [2,3].

Для каждого студента, смысл учения коррелирует с системой идеалов, ценностей, усвоенные обучающимся из своего ближайшего окружения (семьи, значимых взрослых и друзей, общества). Благодаря чему до начала учения у него складывается представления о смысле учения. Но в ходе обучения в образовательной организации и ранее в школе, смысл учения может претерпевать те или иные изменения, а порой и существенные.

Кроме того, на успеваемость студента оказывает влияние самооценка и действия контроля (самоконтроля). Это объяснимо тем, что любое действие становится производным и регулируется только при наличии оценивания и контролирования в структуре деятельности человека.

С целью изучения влияния типологических особенностей на стиль и способы индивидуального обучения было проведено исследование, в которое охватывало 246 студентов первых курсов физико-математического и филологического факультетов Смоленского государственного университета. Использовались 16-факторный личностный опросник (16 ФЛО), объективные показатели успеваемости по дисциплинам различного профиля, методы опроса и анкетирования студентов.

Результаты исследования выявили следующее. На первом месте по показателям интеллектуальной деятельности оказались представители SJ-группы (59 % выборки), уступавшие студентам NT-группы в способности к абстрактному мышлению, с чем, вероятно, была связана более низкая успеваемость по философии. На втором месте располагались представители NF-группы (22 %). Представители NT-группы (13 %) имеют высокоразвитое логическое мышление и склонность к накоплению и систематизации знаний, что определяло их высокую успеваемость по философии как предмету, требующему способности к высоким уровням обобщения (3 место). Наименьшими показателями интеллектуальной деятельности были студенты SP-группы (6 %).

Поскольку общий уровень интеллекта во всех четырех группах был практически одинаков, заключаем, что представители NF- и SP-типов отличались более развитым образным и наглядно-действенным мышлением соответственно. Данный вывод подтверждается более высоким баллом успеваемости группы SP по основы теории журналистики: успешность овладения данной дисциплиной требует хорошей зрительной памяти.

Важно отметить и такой факт, что наряду с объективными показателями успешности обучения были изучены и отдельные субъективные показатели. Изначально было выдвинуто предположение, что успешность обучения по дисциплинам различного профиля связана с типологическими качествами человека. Все студенты (кроме NT-типа), предпочитали дисциплины «математическая логика» и «математический анализ». Действительно, успешность по этим дисциплинам имеет наибольшее значение в будущей профессиональной деятельности представителей физико-математического факультета.

Наряду с общими закономерностями имели место и различия, обусловленные типологическими особенностями. Так, представители SJ-типа среди «любимых» выделяли дисциплины гуманитарного профиля (около 50 % положительных выборов). Этим они отличались от студентов остальных типов, которые гуманитарным дисциплинам предпочитали точные (физика, дифференциальные уравнения). Студенты SP-типа в сравнении с другими группами активно отвергали гуманитарные дисциплины и отдавали значительное предпочтение точным дисциплинам (особенно физике).

Представители NT-типа в отличие от остальных на 2-е место после математической логики ставили точные дисциплины (алгебра и геометрия, дискретная математика). Предполагается, что это связано с их стремлением овладеть не только практическими навыками, но и глубокими теоретическими знаниями. NF-тип студентов филологического факультета Наибольшим процентом положительных выборов (51 %) предпочли коммуникативные дисциплины. Вероятно, это обусловлено высоким коммуникативным потенциалом. Кроме того, процент отвержения гуманитарных дисциплин в NF-группе выше, чем в остальных группах.

Итак, в завершении анализа полученных результатов исследования, как выводы отметим:

а) наибольшие трудности в усвоении учебной программы испытывают лица сенсорного спонтанного типа (SP). Именно эта группа обучающихся нуждается в

целенаправленной психолого-педагогической помощи, особенно на первом году обучения;

б) лучшую успеваемость показывают первокурсники интуитивного рационального типа (NT). Различия в качестве усвоения учебных предметов на первом курсе обусловлены более развитым образным мышлением, склонностью к дисциплинам гуманитарного цикла лиц NF-типа; наглядно-действенным мышлением, лучшей зрительной памятью представители SP-типа; высоким уровнем абстрактно-логического мышления, умением систематизировать знания студенты NT-типа; лучшими учебными навыками и способностями к самоорганизации представители SJ-типа;

в) соотношение положительных и отрицательных выборов преподаваемых дисциплин зависело от индивидуально-типологических качеств испытуемого: решительные представители SJ-группы стремились заниматься языком и литературой; общительные и способные к быстрому установлению контакта лица SP- и NF-типов отдавали предпочтение дисциплинам «информационно-коммуникационные технологии», «речевое общение» и «практика письменной и устной речи»; любознательные студенты NT-типа делили свои интересы между математической логикой и алгеброй и геометрией.

1. Ананьев Б.Г. Психология педагогической оценки // Избранные психологические труды. – Т. 2. Москва: Педагогика. – 1980. – С. 128-266.
2. Выготский Л.С. Избранные психологические исследования. Москва: Изд-во АПН РСФСР. – 1956. – 520 с.
3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва: Политиздат, – 1975. – 304 с.
4. Никифоров А.П. Деятельность, поведение, творчество // Деятельность: теории, методология, проблемы. Москва: Политиздат, – 1990. – С. 86-98.
5. Маркова А.К., Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения. Москва. – 1990. – 192 с.
6. Подласый И.П. Педагогика. Москва: Педагогика. – 1996. – 196 с.

Мельникова Н.В.

Детерминанты отражения психического образа человека

*Шадринский государственный педагогический университет
(Россия, Шадринск)*

doi: 10.18411/lj-04-2018-23

idsp: 000001:lj-04-2018-23

Аннотация

Только человек может заглядывать в завтрашний день, мечтать, жить будущим, выстраивать перспективу своей жизни, сохранять в себе прошлое и соизмерять себя с вечностью.

Ключевые слова: личность, генезис отражения, механизмы и нормы, психический образ, духовность, самосознание.

Annotation

Only man can look to the future, to dream, to live in the future, to build a perspective of my life, save the past and to compare ourselves with eternity.

Keyword: personality, reflection Genesis, mechanisms and norms, mental image, spirituality, self-consciousness

Субъективный мир человека организован сложно. Он безграничен в пространстве и включает все измерения времени: прошлое, настоящее, будущее и вечное. Аристотель называл человека «политическим животным», подчеркивая тем самым наличие в человеке двух начал: животного (биологического) и политического (социального). Главное в том,

какое начало доминирует, определяет формирование способностей, чувств, поведения, действий человека и как осуществляется связь биологического и социального в человеке.

Л.С. Выготский обнаружил во всех современных концепциях развития психики подход, который он назвал «натуралистическим», «биологизма торским». Ему он противопоставил свою культурно-историческую концепцию развития. По мнению Л.С. Выготского, личность – понятие социальное, историческое, раскрывающее в человеке надприродное. Она формируется в результате культурного развития [4].

Динамическая структура личности была представлена К.К. Платоновым, который под личностью понимал био–психо–социально–иерархическую структуру, где заключены опыт, знания, умения, навыки; индивидуальные особенности разных форм отражения – ощущений, восприятий, памяти, мышления; объединённые свойства темперамента. Считая высшей формой направленности личности мировоззрение и убеждения, определяющие моральные качества, он рассматривал в качестве системно-образующего фактора морального воспитания и основного критерия оценки уровня моральной воспитанности нравственные нормы.

Б.Г. Ананьев в работе «Человек как предмет познания» рассматривал личность как общественного индивида, объекта и субъекта исторического процесса. Личность влияет на общество, а общество влияет на нее [2]. Психический образ человеческой личности являет собой отражение действительности, результат внутренней работы, приводящей к закодированию данного образа в нервной ткани.

Каждый образ человека проецируется в окружающий мир. Это отражение внешней объективной реальности за счет активности взаимодействия с внешним миром, процесс активной поисковой ориентировочной деятельности субъекта отражения внешнего мира, критерий его наличия, способствующий совершению нравственных действий по отношению к миру, решая задачи и добиваясь своих целей.

А.А. Бодалев [3] указывает на аксиологическое образование личности: гуманистическое коммуникативное ядро, которое интегрирует единство отражения, отношения и поведения, проявляемое при взаимодействии с другими людьми. В нем отражение, как познание объединяет процессы восприятия, внимания, памяти, мышления и воображения другого человека, как ценности, реализуемые через самооценку психического образа.

Генетическая форма отражения для живой природы – способность организма к простым реакциям; способность к ощущению – чувствительности, которая возникает на уровне простейших животного мира. Это – сигналы информации, жизненная значимость внутреннего состояния для организма к мобилизации возможности, потребности реального действия. Образ кодируется в нейродинамических системах, раскрывая эмоциональный аспект процессов психического отражения, характеризуя органическое единство познавательных и эмоциональных процессов, работы памяти и активной волевой сферы психики.

В отражении проявляется внутренняя работа организма – переработка информации внешнего воздействия. Это нейрофизиологическое отражение последовательности действий, направленных на достижение жизненно-важной цели. Поведение организма сталкивается с внешней средой своей внутренней программой, в основе которой лежит видовой опыт.

Активная внутренняя работа по формированию схемы поведения корректируется реальным контактом с внешней средой. В совокупности получается сложное единство противоположностей – воздействие внешней среды и реализации внутренних целей и установок, программ человека. Это осуществляется, если отражение внешней действительности достаточно для решения возникших задач, что мобилизует функции сформированных программных действий; также необходим переход к обследованию ориентировочной деятельности в объекте для наличия знания..

Гуманитарное познание – есть общественное бытие, культура самого человека. Оно ориентировано на индивидуальность, обращения к духовному миру человека, к его личностным ценностям и смыслам жизни. Это составляет ценностное отношение к изучаемой действительности, где объект познания оценивается с позиции нравственных, культурных, религиозных, эстетических сторон.

Идет активный поиск ориентировки, которая становится основой психических форм отражения, возникновения психических образов с опорой на прошлый опыт, навыки, мобилизацию в нервной системе схемы поведения. Образ строится интегратором имеющихся ресурсов отражения, их синтез и активизирует инициативное воздействие на окружающую среду, других людей, на себя.

Духовность – самая глубинная суть человека как родового существа социальной среды. В ней важен принцип гуманизма и педагогического оптимизма. Социализация не исчерпывается адаптацией к социальной среде, а является творческим самовыражением, самореализацией личности в процессе индивидуальной деятельности и взаимодействия с окружающими людьми [1].

Формы психического отражения проявляются в типах человеческих взаимоотношений, а ориентировочная деятельность во внешнем мире отражается в проявлении индивидуального сознания. Взгляд сознания на мир – это взгляд с позиции осознания мира культуры и опыта деятельности. Система, внутри которой возникает и развивается сознание, её анализ позволяет понять способ бытия в мире и связь с миром. Она утверждает общественную природу сознания.

Сознание – условие программирования человеческой совместной деятельности по созиданию и развитию форм культуры. Оно выполняет функцию человеческой памяти, выработанной схемы, матрицы воспроизводства накопленного человечеством опыта. Это входит в содержание представлений, где отражается опыт культуры, как принципиальные основания общественной природы человеческого познания.

Приоритет в изучении сознания принадлежит Л.С. Выготскому. Проблема сознания стала для него центральной. Он утверждал, что эта проблема должна быть решена экспериментально-объективным путем. Он осуществил задачу перестройки психологии на основе глубокого философского анализа.

Сознание всегда носит четко выраженный характер целенаправленного отражения действительности, настраивая и перестраивая психику человека. Осуществляя оценку жизненной ситуации, человек фиксирует свое отношение к действительности, выделяя себя как субъекта отношений к заданной ситуации и составляя характерную черту сознания как формы отражения [7].

Сознание присутствует во всех мирах, оно может судить самого себя, внедряться в реальность во всем многообразии. Оно существует в реальности и развернутости: если человек касается рукой предмета, то он чувствует его, а не свою руку. Это рассказывает не о человеке, а о предмете.

Сознание выделяет себя в качестве носителя определенной активной позиции по отношению к миру. Это оценка своих возможностей, что образуют специфическую характеристику личности человека, его самосознание. В нем практически существует и «язык» для других и для себя, а выраженное в нем сознание выступает как социальная реальность, словесное разговорное явление. Эмоциональная сфера индивидуальной психики воспитывается под воздействием норм и идеалов общественного сознания в процессе развития культуры человечества. В этом видна способность воли к управлению и регуляции своего поведения.

Развивается и рациональное мышление: способность смотреть на мир глазами общества, через призму выработанных ими абстракций и понятий.

Первый уровень отражения. Осознание действительности на уровне восприятия предполагает определенную включенность в процесс схемы мира – схему тела

Следующий уровень – принадлежность себя к человеческому сообществу, к конкретной культуре и социальной группе.

Самый высокий уровень – возникновение сознания «Я», как совершенно особого образования: похожего на других людей и чем-то уникального и неповторимого, могущего совершать свободные поступки и нести за них ответственность с возможностью контроля над действиями, давая им оценку.

Самосознание это самооценка и самоконтроль, умение увидеть себя со стороны, что возможно только другому человеку. Сам он видит себя в зеркале, но при этом он должен осознавать, что в зеркале именно он. Значит, нужны формы самосознания, которые изначально не даны. Их надо усвоить и сконструировать. Зеркалом является общество, другой человек. Человек должен всматриваться в зеркало других людей и сопоставлять себя с ними.

Самосознание рождается не в результате внутренних потребностей изолированного сознания, а в процессе практической деятельности и межличностных человеческих взаимоотношений. Оно постоянно проверяется, корректируется, исправляется и развивается в ходе включения человека в систему межличностных отношений.

Ясные формы самосознания, когда феномены сознания будут предметом специальной аналитической деятельности субъекта, носят название рефлексии. Рефлексия это не просто осознание того, что есть в человеке, а одновременно и переделка его самого. Человек рефлексивно анализирует себя в свете того идеала, каким он хотел или не хотел быть. Человек может ошибаться в осмыслении образа. При осмыслении себя бывает много ошибок. В процессе рефлексии происходит свое изменение и развитие индивидуального сознания. Нужно учитывать объективную оценку себя, возникшую в процессе совместной деятельности.

Важно осмысление жизненно-моральных ситуаций с позиции научной этики, так как в современном мире нормы человеческого благородства приобретают особое значение и могут функционировать в форме аттракции - привлекательности, возникшей при восприятии человеком человека. Это взаимное тяготение друг к другу в качестве симпатии, положительного эмоционального отношения. С аттракцией связано возникновение дружбы и любви. Она обусловлена установками личности, опытом общения, совместной деятельности, её ходом и результатом. Её противоположность - антипатия, отталкивание. Это неприязнь, нерасположение, эмоциональное отношение кого либо или, чего либо: отдельных черт характера и вкусов человека, его голоса. Она может быть осознанной или неосознанной и возникать на основе принципиальных мировоззренческих расхождений, при восприятии внешнего вида, манер поведения, привычек у других людей.

Она затрудняет процесс взаимопонимания и сплочения, мешая внутреннему взаимодействию. Усвоенная градация ценностей жизни, понимание объективной значимости деятельности и личности воспринимаемого человека может предотвратить возникновение к нему антипатии [6].

Антиподом активности является апатия. Это психическое состояние безразличия, отсутствие интереса к окружающим явлениям, событиям, людям. Причиной может быть переутомление, болезнь, слабость здоровья, разлад нервной системы, разочарование в жизни, потеря надежды на успех. Она отрицательно влияет на выполнение обязанностей, приводит к игнорированию общественного значения деятельности, спаду активности, изоляции от коллектива.

Её преодоление изменяет в человеке поведение и может создавать психологический барьер, как преграду, препятствие для выполнения действий, решения задач. Её причины: непривычные внешние условия, новизна и опасность, неподготовленность к восприятию информации, отсутствие гибкости мышления.

В социальном поведении это барьер в общении, когда расходятся оценка и смысл обсуждаемого события. Важно стремление улучшить себя и повысить свои социально-психологические позиции, формируя себя как цельную, гармоничную личность, позволяющую самоутвердиться высоким качеством в системе общественных взаимоотношений [6]. Неповторимость личности кроется в её динамике, в индивидуальности и своеобразии её комбинаций, которые делают человека уникальным.

Нравственно-этический компонент структуры личности несёт в себе свойства, присущие целому, а личность - динамичная, саморазвивающаяся система. Предпосылкой личностного достоинства служит коммуникативное ядро, имеющее трехкомпонентную структуру: когнитивный, эмоционально-оценочный и действенный компоненты. В этом отражение духовности. Создаётся различие между людьми, что делает их непохожими друг на друга. Это фундаментальные попытки научно объяснить главные моменты процесса формирования личности.

Во всех помыслах, чувствах, поступках человека мы находим проявление человеческой субъективности. Внутренняя жизнь человека - это особый мир: мир мыслей, переживаний, отношений, желаний, стремлений. Во внутренней жизни человек мыслит, планирует, ведет внутренний диалог с самим собой. Интегральным способом бытия субъективности выступает сознание, развивающееся по ступеням: бытийное сознание - самосознание - рефлексивное сознание - трансцендирующее сознание. Развиваясь и преобразуясь в процессе становления человека, субъективность оформляется и дифференцируется на многообразные человеческие способности [5].

1. Аболин, Л.М. Духовно-нравственное развитие личности в со-бытийной деятельности [Текст] / Л.М. Аболин, Х.Х. Валиахметов. – Казань: Изд-во «Карпол», 2002.- 230 с.
2. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания [Текст] / Б.Г. Ананьев. – СПб.% Питер, 2001.- 139 с.
3. Бодалев, А.А. О взаимосвязи и отношениях [Текст] / А.А. Бодалев // Вопр. психологии.- 1994.- № 1.- С. 122-127.
4. Выготский, Л.С. Психология как феномен культуры [Текст] / Л.С. Выготский.- М.-Воронеж, 1996.
5. Мельникова, Н.В. Категории психологии: учебное пособие [Текст] / Н.В. Мельникова.- Шадринск КИТУБ и П, 2012.- 78 с.
6. Фельдштейн, Д.И. Психология взросления [Текст] / Д.И. Фельдштейн.- М., 2004.- 672 с.
7. Фролов, И.Т. Введение в философию / Учебник для вузов в 2-х частях.- Ч. 2 // Под общей редакцией И.Т. Фролова.- М.: Политиздат, главы 9 – 11.

Научный журнал

Тенденции науки и образования в современном мире
№37, 04.2018

Апрель 2018 г.
Часть 1

SPLN 001-000001-0290-LJ

Подписано в печать 18.05.2018. Тираж 400 экз.
Формат.60x841/16. Объем уч.-изд. л.3.91
Бумага офсетная. Печать оперативная.
Отпечатано в типографии НИЦ «Л-Журнал»
Главный редактор: Иванов Владислав Вячеславович