Православной Церковью, заключенное 22 февраля 2011 года, предусматривает окормление священниками верующих осужденных в исправительных колониях – совершение служб, обрядов, таинств, религиозное просвещение осужденных.

Таким образом, центральным условием формирования у верующих осужденных просоциальной субъектной позиции является их участие в событийной общности, создаваемой на основе значимой для всех участников просоциальной деятельности.

1. Бороздина О.С. Общность как условие формирования просоциальной субъектной позиции у несовершеннолетних осужденных // Уголовно-исполнительная система на современном этапе: взаимодействие науки и практики: материалы Международной научно-практической межведомственной конференции (16 – 17 июня 2016 г.) / под общ. ред. А.А. Вотинова. - Самара: Самарский юридический институт ФСИН России, 2016. – 758 с. - С. 92 - 96.
2. Братусь Б.С. Аномалии личности. — М.: Мысль, 1988.
3. Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Педагогический словарь: Для студ высш и сред пед учеб заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2000.
4. Лещенко В. Г. Религиозное воздействие на осужденных к лишению свободы в Российской Федерации. Автореф. дисс.... канд. юридич. наук. - Екатеринбург, 2012. - 28 с.
5. Мазур Ю. О. Социально-психологический тренинг личностного роста как средство развития просоциального поведения. — Автореф. дис. канд. пси-хол. наук. — Ярославль, - 2008.
6. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: Учебное пособие для вузов. — М.: Школьная Пресса, 2000.
7. Слободчиков В.И. Педагогика Антона Семёновича Макаренко – социально-педагогическое открытие XX века // Народное образование. 2006. № 6. С. 20 - 28.
8. Уголовно-исполнительный кодекс Российской Федерации от 08.01.1997 N 1-ФЗ (ред. от 24.11.2014, с изм. от 01.12.2014) // Собрание законодательства РФ. 13.01.1997. N 2. ст. 198.

Волокитин А.В., Саввина Н.П.

Развитие физических качеств у студентов на основе использования единоборств

*Липецкий государственный технический университет
(Россия, Липецк)*

doi 10.18411/spc-04-03-2018-05

idsp 000001:spc-04-03-2018-05

Abstract

This article offers common thoughts about a promotion of healthy lifestyle using single combats. Also there is revealing main results of research about the influence of judo for students in their physical study time.

Keywords: physical education, single combats, physical abilities, psychological abilities, research.

В данной статье предлагается обзор основных суждений о пропаганде здорового образа жизни посредством единоборств, и выявление основных результатов исследования, посвященному влиянию занятиями дзюдо на студентов в процессе учебных занятий.

В настоящее время система физического воспитания студентов не отвечает современным требованиям и является малоэффективной. Следствием этого является снижение уровня физической подготовленности, функционального состояния, работоспособности студенческой молодежи. Традиционные формы, средства и методы организации и проведения занятий по физической культуре не решают проблем повышения уровня физического состояния. Наряду с этим среди молодежи все более популярными становятся занятия единоборствами. Целью единоборств как вида спортивной деятельности является всесторонняя подготовка человека, в том числе и к критическим жизненным ситуациям.

В большом количестве работ [1, 2, 3] доказано положительное влияние занятий единоборствами на физическую подготовленность студентов.

Профессиональная деятельность специалистов инженерного профиля предъявляет требования к уровню развития физических качеств, способствующих справиться с нагрузкой, свойственной производственным процессам, а также климатическими и другими условиями.

Задача подготовки к производственной деятельности будущих инженеров решается посредством дисциплины «Физическая культура» в рамках профессионально-прикладной физической подготовки.

Физическое воспитание студентов инженерного профиля должно осуществляться с учетом условий и характера их предстоящей профессиональной деятельности, и содержать в себе элементы профессионально-прикладной подготовки (ППФП), т.е. использовать средства физической культуры и спорта для формирования у студентов профессионально значимых физических качеств, умений и навыков, знаний, а также для повышения резистентности организма к воздействию внешней среды.

Одно из эффективных средств подготовки к профессиональной деятельности являются применение в учебном процессе спортивных единоборств. При обучении единоборствам преподаватель помогает студенту осознанно контролировать свое тело, определять внутренние установки, следовать намеченному пути, добиваться поставленных целей.

Мотивы и интересы во многом определяют характер деятельности человека, в том числе и в занятиях единоборствами.

Единоборства основаны не только на изучении двигательных навыков, но и на работе с внутренним настроем.

Эффективность формирования нравственно-волевых качеств студентов обеспечивается реализацией общепедагогических принципов обучения и воспитания, базой знаний о данном виде единоборств. Занятия различными единоборствами сопровождаются падениями, способностью преодолевать болевые ощущения и т.д., что является одной из причин снижающих интерес к занятиям единоборствами, но в тоже время является одним из факторов способствующих воспитанию целеустремленности, и настойчивости.

Так же в процессе освоения единоборств возникает необходимость формирования умений различных двигательных действий свойственных выбранному единоборству. Данное условие выполняется посредством акробатики, которая способствует общему физическому развитию, ориентировки в пространстве, ловкости, вырабатывают координацию движений.

Использование различных единоборств в учебном процессе позволяет умножить интерес к занятиям физической культурой и соответственно эффективность профессионально-прикладной подготовки. Так же единоборства являются одним из эффективнейших средств, способствующих развитию профессионально важных психофизических качеств.

Одним из видов единоборств является дзюдо. Значительный технико-тактический арсенал, наличие жестких и мягких разделов позволяют широко его использовать для повышения уровня физической подготовленности, оздоровления и совершенствования когнитивных способностей студентов.

Исследование проходило с сентября 2011 года по май 2012 года. В сентябре 2011 года были отобраны 25 студентов первого курса, выявивших желание заниматься по предмету физическая культура в группах специализирующихся на изучении элементов борьбы. Занятия проводились 2 раза в неделю, в соответствии с учебным планом ВУЗа. Одновременно из студентов первокурсников была сформирована группа начальной спортивной подготовки, в которой проводилось три занятия по физическому

воспитанию в неделю. Обе исследуемые группы составляли мужчины основной медицинской группы возрастом 17-18 лет. После формирования групп было проведено предварительное тестирование уровня физической подготовленности студентов – участников исследования, а в мае 2012 года – итоговое. Затем в течение учебного года со студентами группы № 1 проводились занятия по адаптированной для них методике обучения борьбы дзюдо. С начального уровня последовательно изучались основы техники и тактики данного вида спорта. Также студенты занимались общей и специальной физической подготовкой. В группе № 2 занятия строились в соответствии с общепринятой методикой борьбы дзюдо, предусматривающей в ходе тренировочного процесса поэтапное освоение всего арсенала атакующих и защитных действий и выведение спортсменов на уровень физической подготовленности, достаточной для проведения соревновательных поединков с равными по классу соперниками.

В декабре 2011 года и в мае 2012 года, методом экспертных оценок по десятибалльной шкале определялся уровень технической подготовленности обеих групп. В мае 2012 года, после второй экспертной оценки технической подготовленности, было проведено соревнование по разработанным правилам борьбы дзюдо. Контрольные схватки проводились в виде учебных соревнований. Каждый студент проводил две схватки по 2 минуты. Учитывая специфику данного вида спорта, участие в соревновании было для студентов добровольным. В соревновании приняли участие 11 студентов группы № 1 и 23 студента группы № 2.

Проведенное исследование показало позитивную взаимосвязь между увеличением объема тренировочной нагрузки в недельном цикле занятий со студентами технического ВУЗа и результативностью педагогического процесса.

Полученные данные позволяют говорить о том, что при трехразовых занятиях в неделю интенсивность адаптационных процессов в организме студентов значительно выше, чем при двухразовых. Так, среднее количество подтягиваний у студентов экспериментальной группы стало на 33,8% выше, чем у студентов контрольной группы; длина прыжка с места у студентов группы № 2 на 7,7% выше, чем у студентов группы № 1; результаты теста «челночный бег» в экспериментальной группе на 4,2 % лучше, чем в контрольной.

Поскольку каждое следующее занятие у студентов экспериментальной группы по схеме организации тренировочных воздействий на фазу «сверхкомпенсации», то это позволяло последовательно увеличивать физическую нагрузку, что и привело к значительному увеличению двигательных возможностей студентов. При двухразовых занятиях тренировочные воздействия были недостаточны для получения необходимого адаптационного сдвига и соответственно тренировочного эффекта.

Анализ результата технической подготовленности показывает, что трехразовые занятия в неделю обеспечивают выполнение студентами достаточного количества упражнений, направленных на формирование устойчивых двигательных навыков. Их показатели технической подготовленности превышают на 46,7 % показатели студентов группы № 1, в которой занятия проводились 2 раза в неделю.

В организованных в конце эксперимента соревнованиях, которые носили контрольный характер, приняли участие 44% спортсменов группы № 1. Этот факт показывает наличие выраженного тренировочного эффекта и достаточно высокую самооценку группы № 1. Из группы № 2 приняло участие 92% студентов. Экспертный анализ тактического рисунка схваток проведенных на соревновании показали, что студенты группы №2 более стабильно выполняли приемы борьбы и целенаправленно осуществляли тактические действия. По критерию преимущественного применения тактических действий удалось выявить их принадлежность к определенному тактическому типу: «игровикам», «темповикам» и «универсалам». Боевые действия студентов группы № 1 носили в основном сумбурный, спонтанный характер.

Студенты из группы № 2 в соревновательных схватках смогли продемонстрировать достаточный уровень тактической подготовленности для идентификации их стилевой принадлежности. Полученные результаты позволяют сформулировать следующие выводы:

1. Отсутствие травматизма, стабильность численного показателя студентов, специализирующихся на учебных занятиях по физическому воспитанию в борьбе дзюдо, показывают высокую эффективность построения занятий по физическому воспитанию в ВУЗе, при котором широко используются тренировочные средства этого популярного у студенческой молодежи вида спорта.

2. Сравнение результатов двух исследуемых групп студентов, выявленных по показателям итогового тестирования, значительное увеличение уровня физической и технической подготовленности студентов, занимавшихся 3 раза в неделю по сравнению со студентами, посещавшими занятия 2 раза в неделю.

3. Значительное улучшение показателей физической и техно-тактической подготовленности в группе, занимающейся борьбой 3 раза в неделю. Позволяют рекомендовать введение в учебный процесс дополнительных занятий, а также развивать в ВУЗах массовый спорт как одно из наиболее эффективных средств воспитания студенческой молодежи.

1. Литвиненко А.Н. Эффективность применения средств спортивной подготовки единоборцев в физическом воспитании студентов технического ВУЗа («Отсутствие травматизма, стабильность численного показателя студентов, специализирующихся на учебных занятиях по физическому воспитанию в ВУЗе»). Физическое воспитание студентов. Харьковское областное отделение Национального олимпийского комитета Украины. – Харьков, 2013 г. С. 49-53.
2. Айгубов Н.М. теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. («Занятия дзюдо обладают значительным потенциалом для развития физических качеств, способствуют развитию систем организма, формированию навыков самообороны»). Журнал Научный поиск: Общество с ограниченной ответственностью «Технологический центр». - Шуя, 2012 г. С. 3-5.
3. Егоров Д.Е., Куликова И.В., Кутергин Н.Б. Единоборства в подготовке специалистов инженерного профиля. («Использование различных единоборств в учебном процессе позволяет умножить интерес к занятиям физической культурой и соответственно эффективность профессионально-прикладной подготовки»). Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: сб. статей VIII Международной научной конференции, 26-27 апреля 2012 г. БГТУ им. В.Г. Шухова. – Белгород, 2012. С. 59-62.

Голубь И.Б.

Использование интерактивного стола или интерактивной доски в художественно-эстетическом развитии детей дошкольного возраста в совместной и индивидуальной деятельности

*Приамурский государственный университет им Шолом-Алейхема
(Россия, Биробиджан)*

doi 10.18411/spc-04-03-2018-06

idsp 000001:spc-04-03-2018-06

Аннотация

В статье рассмотрены вопросы использования в образовательном процессе интерактивной доски или интерактивного стола. Специфика художественно-эстетической деятельности дает широкие возможности для развития у детей дошкольного возраста эмоционально-эстетического отношения к действительности, конструкторских умений и накопление точных знаний об окружающей действительности.

Ключевые слова: художественно-эстетическая деятельность, дети дошкольного возраста, эмоциональное благополучие, творческое воображение.