

**НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ  
БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ  
ОТДЕЛЕНИЕ ВАЛЕОЛОГИИ И ПСИХОФИЗИОЛОГИИ**

**ВЕСТНИК БАЛТИЙСКОЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ**

**Вып. 83 – 2009 г.**

**АКТУАЛЬНЫЕ  
НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ  
ПРОБЛЕМЫ**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

**РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ ВЫПУСКА:**

**В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, Р. Бака (Польша)**

Ответственный за выпуск — **проф. Д.Н. Давиденко**

**РЕДАКЦИЯ ВЕСТНИКА:**

Главный редактор — **И.П. Волков**

Зам. главного редактора — **Д.Н. Давиденко**

**Адрес редакции:**

190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, 35.

Кафедра психологии

Национальный университет физической культуры, спорта и здоровья

им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

**(проф. И.П. Волков)**

тел. (812) 714-6627

Печатается на средства авторов и взносы членов БПА  
по отделению валеологии и психофизиологии  
(Зав. отделением – академик БПА, **проф. Д.Н. Давиденко**)

В36

В 43162014 – 75 Без объявления  
С 96 (03) – 01

**ISBN 5-85029-077-X**

© **Д.Н. Давиденко** (E-mail: [dnd1814dnd@mail.ru](mailto:dnd1814dnd@mail.ru))

**ВЕСТНИК БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ**

**Вып. 83 – 2009 г.**

Научное издание (сокр. «Вестник БПА»)

Основано в июле 1995 г. в Санкт-Петербурге. Гослицензия № 00-5832.

Международная регистрация (ЮНЕСКО, г. Париж):

**ISSN 1818-6467 (Vestnik BPA)**

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
<b>Гетман В.А., Новицкий Ю.В.</b> Исторически-философские истоки культуры здоровья .....	4
<b>Давиденко Д.Н., Котлярова Е.Н., Скляров С.В.</b> Вузовская физическая культура и культура здоровья студентов .....	10
<b>Григорьев В.И., Шубин Ю.К.</b> Рейтинговый контроль – инновационный инструмент управления физическим воспитанием студентов вузов: теоретико-методологический аспект .....	16
<b>Митин А.Е., Филиппова С.О., Митин Е.А.</b> Основные положения построения гуманитарных технологий в образовании .....	29
<b>Алиев Э.Г.</b> Оптимизация системы управления профессиональным мини-футболом .....	40
<b>Алиев Э.Г.</b> Организационно-педагогическое управление развития мини-футбола в вузе .....	46
<b>Факеев М.А.</b> Исследование динамики развития показателей психомоторных функций детей в возрасте 9-15 лет .....	48
<b>Руденко Г.В., Яковлев Ю.Н.</b> Теоретические основания к анализу проблемы формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой .....	51
<b>Алексеева О.И.</b> Управление специальной подготовкой квалифицированных пловцов .....	55
<b>Давиденко Д.Н., Платонова Т.В.</b> Экология и культура здоровья .....	58
<b>Григорьев В.И., Давиденко Д.Н., Степанов В.С.</b> Асимметрии физического развития и специальная работоспособность спортсменов .....	62

В.А. Гетман, Ю.В. Новицкий

Достаточно глубоко и системно рассмотрен исторический опыт и философские основы использования различных средств оздоровления в работе Ю.Н. Тепера. Начиная с античной культуры, которая представляла мощный арсенал средств укрепления тела и духа. Так, к примеру, греческая гимнастика, в отличие от соревновательной атлетики, предусматривала использование физических упражнений в числе средств гигиены тела (в греческой мифологии Гигея – богиня здоровья). Наряду с гигиеной тела существовала и «гигиена души»: мир музыки, поэзии, искусства и ритуалы обеспечивали достижение катарсиса – очищения и возвышения души.

Философия античной гигиены строилась на непростых представлениях о взаимодействии тела и духа, природных и космических начал в человеке. Уместно в данном контексте привести один из примеров рамочного определения из философии, который подтверждает всю сложность данного предмета в вопросах здоровья. Б. Рассел определил рамки, в которых философия является чем-то промежуточным между теологией и наукой. Подобно теологии, она опирается на спекуляции по поводу предметов, относительно которых точное знание оказывалось недостижимым; но, подобно науке, она взывает скорее к человеческому разуму, чем к авторитету, будь то авторитет традиции или Откровения.

Вряд ли сегодня мы можем представить, как выглядела оздоровительная физическая культура древних, и сказать, в какой мере возможен перенос античной практики в мир наших проблем. Ясно од-

но: в античной Греции сформировались основные подходы к решению проблем здоровья.

Базовая идея античности, и в этом смысле закладывающая философские основы здоровья, заключалась и том, что здоровье рассматривалось как *результат добродетельной, тщательно организованной, дисциплинированной жизни*. Этот принцип был зафиксирован в V веке до н.э. в правилах школы пифагорейцев. «Для всех, многих и для немногих было у него (Пифагора) на устах правило: беги от всякой хитрости, отсекай огнем, железом и любым орудием от тела болезнь, от души невежество, от утробы роскошество, от города смуту, от семьи ссору, беги от всего, что есть неумеренность». Залогом здоровья пифагорейцы считали добродетель, гармонию человеческих отношений, сознательную самодисциплину. И другие античные философы полагали, что величие и сила духа, обеспечивающие добродетель, могут быть достигнуты за счет самоограничений и состязаний человека с самим собой. Главной ареной для таких состязаний, по мнению Диогена, выступают «тяжкие труды, непреодолимые для обжор и безрассудных людей, которые весь день пируют, а ночью храпят; эти труды под силу преодолеть только людям сухощавым, худым, с животами подтянутыми, как у ос».

В диалоге «Тимей» Платон рассуждает: «Человек – нечто отличное от своего тела... Человек – это то, что пользуется своим телом. Человек – душа, тело и целое, состоящее из того и другого». По Платону, человек – пространство соперничества, вражды и примирения двух соперников: тела и души. С одной стороны, душа выступает причиной жизни тела, с другой стороны, тело – «знак и могила души».

«Для обеих частей, – утверждает Платон – существует единственный путь спасения: не приводить в движение ни души без тела, ни тела без души, дабы одно и другая, помогая друг другу, приходили бы во взаимное равновесие и таким образом оставались здоровыми».

Идея самоограничения, аскезы как основы здорового образа жизни – один из основных принципов стоицизма. Луций Сенека в «Письмах к Луципию» настаивает: «Я скажу тебе, как распознать здорового: он доволен собою, доверяет себе, знает, что для блаженной жизни ничего не дают ни молитвы смертных, ни те благодеяния, которые оказывают, которых до-

*Надо молить, чтобы ум был здоровым в теле здоровом.  
Бодрого духа проси, что не знает страха пред смертью,  
Что почитает за дар природы предел своей жизни,  
Что и состоянье терпеть затрудненья какие угодно, -  
Духа, что к гневу не склонен, страстей неразумных не знает,  
Предпочитая отраду тяжких трудов Геркулеса  
Чувству любви и пирам, и роскоши Сарданапалла*

Как мы видим дух, духовное начало, душа человека представляются первоосновой здоровья. Эти позиции прослеживаются у большинства мыслителей древности, созвучны с мнением многих ученых современности и полностью совпадают с нашими представлениями о корнях здоровья человека.

В тоже время в богатой культуре античного мира мы находим все основные компоненты современной науки валеологии – комплексной науки о здоровье. Однако необходимо отметить, что Клавдий Гален (около 130-200 годы н. э.), опережая взгляды современных валеологов на 18 столетий, выделил в качестве объекта особого внимания врачей и гигиенистов «третье состояние». Так Гален назвал некое среднее состояние организма человека между здоровьем и болезнью и подчеркнул необходимость использования особых средств выхода из него. На тысячу лет опередил основоположников современной валеологии арабский врач и мыслитель Абу Али Ибн Сина (Авиценна, 980-1037

бываются. Держите тело в строгости, чтобы оно не переставало повиноваться душе: пусть пища лишь утоляет голод, питье – жажду, пусть одежда защищает тело от холода, в жилище – от всего, ему грозящего».

Размышляя о правилах здоровья, принято вспоминать афоризм Ювенала: «В здоровом теле – здоровый дух». Но Ю.Н. Теппер утверждает, что данный афоризм, как правило, приводится в сокращенном виде и трактуется «с точностью – до, наоборот» [3]. Залогом здорового духа, вроде бы, выступает здоровье телесное. Приведем знаменитый текст полностью:

годы н.э.). Он считал основной опасностью для здоровья малоподвижный образ жизни (современный термин – гипокинезия). В текстах старых времен мы не раз встречаем упоминания об образе и способе жизни человека, что дает нам основание выделять данные аспекты как важные и значимые в контексте нашей концепции о здоровье в широком смысле этого слова. Ибн Сина предупреждал, что применение лекарств – крайняя мера. Главным терапевтическим средством должны быть двигательная активность и особым образом организованное питание (на этом же настаивали одни из идеологов диетотерапии – П. Брэгг и Г. Шелтон). Основоположник арабской медицины утверждал, что человеку, который разумно и своевременно занимается физическими упражнениями, не потребуется никакого лечения, его организм способен сам справиться с любой болезнью. Великий Сократ, в дополнение к сказанному Авиценной по этому поводу отмечал – «Если человек сам следит за своим здоровьем, то тяжело найти врача,

который знал бы лучший способ для его здоровья, нежели сам человек. Нельзя лечить тело, не лечя душу». Врач и философ Гиппократ (460-377 годы до н. э.) утверждал, что организм исцеляет природа. Задача врача – помочь ей. Поэтому в число основных средств оздоровления, по Гиппократу, должны быть внесены физические упражнения, диета (дословный перевод слова диета – прогулка), закаливание и массаж. По нашему глубокому убеждению именно Природа, во всем ее многообразии, величии и неограниченных возможностях, является тем самым Великим целителем всего живого на земле. Антропозитика здоровья в своей основе именно и фиксирует необходимость естественно-природного построения жизнедеятельности человека

В дальнейшем в истории оздоровительной физкультуры наблюдается существенные изменения. Происходят «перевертыши» от телесного к духовному. В средневековье господствовала христианская идеология исповедовавшая превосходство Духа и умерщвление плоти. Средневековье – школа аскезы, педагогика дисциплины: «Сам по себе человек ничто, "прах и пепел"». Схоласт Майстер Экхарт называл страдание зверем, способным примчать человека к заветной цели уединенности души. В средневековой культуре зафиксированы методы аскезы, умерщвления плоти, жесткие нормы праведной жизни. Вместе с тем, формировались мощные методы психотехнического воздействия: облегчение души исповедью и покаянием, массовое приобщение к таинствам и христианским мистериям. Исцеление толковалось как возвращение целостности, торжество Духа.

В эпоху Возрождения существенно изменились представления о полноте жизни. «Опыты, или Наставления нравственные и практические» Фрэнсиса Бэкона вышедшие в 1597 году, о сохранении здоровья, довольно несложны. По сути это отказ от

аскезы с рекомендациями «чередовать бодрствование и сон, но предпочитать сон, чередовать отдых и упражнения, но чаще упражняться». «...Изучи свои привычки в отношении диеты, сна, занятий, одежды и тому подобного и старайся мало-помалу сокращать то, что ты сочтешь вредным... Не оставляй без внимания ни одного происшествия с твоим телом, когда болен, обращая внимание главным образом на здоровье, когда здоров – на свою активность. Вышколенное тело, столкнувшись с не очень серьезной болезнью, обойдется без лекарств». Тут следует обратить внимание на одну, по нашему мнению, важную деталь. Фрэнсис Бекон фактически, кроме всего, указал на то, что человеку необходимо прислушиваться к себе, к своим состояниям и привычкам, и учиться управлять ими. Эта немаловажная деталь в его акцентах касающихся здоровья, в широком смысле этого понятия, важна для нас в аспекте Антропозитики здоровья, так как баланс внутренних миров человека с внешними мирами может осуществляться за счет умений чувствовать и ощущать, принимая правильные решения, что является основанием для формирования здоровья. При этом состояние душевного равновесия, как необходимое условие для внутреннего баланса, рассматривалось как добродетель: «Избегай зависти, затаенного гнева, тонкого и путаного самоанализа, чрезмерных радостей и веселий, неразделенной печали... Переживай удивление и восхищение от знакомства с новшествами: занимай ум такими блестящими и прославленными предметами, как история, предания и размышления о природе».

Здоровью уделялось значительное внимание философами и моралистами нового времени, которые полагали, что здоровье – одна из самых значимых ценностей. Мишель Монтень утверждал: «Здоровье – это драгоценность, и притом единственная, ради которой действительно стоит не только не жалеть времени, трудов

и всяких благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унижительной. Без здоровья меркнут и гибнут радость, мудрость, знания и добродетели... Всякий путь, ведущий к здоровью, я не решился бы назвать ни чересчур трудным, ни слишком дорого стоящим». Рационализм нового времени определил необходимость, важность и значимость практического здоровья. Сохранение баланса душевных состояний, естественная и довольно часто рациональная двигательная активность, соблюдение постов, что отчасти помогало формировать баланс с внешними мирами, давали возможность какое то время обходиться без специальных знаний об оздоровительных физических упражнениях. Но пришло время технологической организации производства, развития военного дела, которые потребовали специальной, в том числе и психофизической, подготовки людей. Ситуация существенно изменилась в XIX веке, возникла необходимость вспомнить и об античных системах гимнастики, потребовались и новые конструктивные идеи.

Авторы новых систем оздоровительной физической культуры были физиологи и педагоги, на которых оказывало существенное влияние новый вектор в развитии мышления - инженерные идеи. В связи с этим появляются оздоровительные системы, построенные на использовании специальных средств, гимнастических снарядов (Я. Линг – шведская система гимнастики, Г. Гутс-Мутс, Ф. Ян – немецкая система гимнастика). Сохраняется и направление гимнастики, противоположное технологическому – на естественных упражнениях и ритмике танца строятся французская (Ж. Эбер) и швейцарская (Ж. Далькроз) системы оздоровительных физических упражнений. От данных систем берут начало современные – аэробика и ритмика.

На основе все возрастающих требований времени и наличия опыта использования новых средств, впоследствии возникают технологии современного мира. Мира,

который все в большей степени становится искусственным, фактически тем самым, отдаляя человека и большую часть так называемых развитых стран, от естественно-го мира Живой Природы.

К началу XX века несоответствие быта людей темпам технологизированного производства становится всеобщей проблемой цивилизованных стран. Возникает проблема, которая порождена все более доминирующей искусственной направляющей, так называемого научно-технического прогресса (НТП) с зарождающимися и всезахватывающими бытовыми и производственными – неестественными ритмом и темпом жизни человека. Эта ситуация начинает уводить людей и целые страны все дальше от духовности и мироощущения себя (человека) как составляющей единицы мироздания. Человек порождает сам гипертрофированное самомнение о себе и своих возможностях. Первым среагировал на ситуацию датский инженер Йоган Мюллер. Он разработал комплекс простых и доступных гигиенических упражнений, проверил их эффективность на собственном семейном опыте и написал знаменитую книжку «Моя система». Гимнастика Мюллера по современным меркам примитивна: полтора десятка элементарных движений, рекомендации по поводу закаливания и водных процедур, использование приемов самомассажа. Но его книга имела всемирный успех. Оказалось, что укрепление здоровья – вполне реальное дело: отдавай ежедневно 20 минут гигиенической гимнастике – и отойдут, а возможно и пропадут болезни. Временное затишье было недолгим. Оздоровительных эффектов европейских гимнастик уже недостаточно. В 20-е годы американец Мак-Керди забил тревогу: конвейерное производство и темп жизни больших городов оказались страшнее всемирных эпидемий. Возникает острая необходимость концептуального рассмотрения вопросов образа и способа жизни, и про-

блем здоровья. В середине 40-х годов мир узнает о феномене стресса. В 1959 году вышла в свет знаменитая книга Ганса Селье «Стресс жизни». Многолетние клинические исследования Г.Селье подтвердили, что на любую длительную нагрузку, будь то физические и психические напряжения, интоксикация или неблагоприятные климатические условия, организм реагирует одинаково. Сначала возникает реакция тревоги, за ней - фаза сопротивления воздействию и, наконец, – фаза истощения. Г.Селье считал, что существует некоторая индивидуальная мера адаптационной энергии, обеспечивающей сопротивление стрессу.

Мы, в этом контексте, предлагаем рассматривать энергии целостной Живой Природы, которые, по нашему мнению, являются определяющими для ресурсного и резервного потенциала здоровья.

Реагируя на стресс, организм интенсивно выделяет особые вещества – кортикоستيероиды, которые обеспечивают на какое-то время возможность жить человеку «на форсаже» своих возможностей. Но при этом нарушается жизненно важное биохимическое равновесие в организме. Г.Селье доказал – дисбаланс может быть устранен интенсивным двигательным режимом, при котором как бы сжигаются гормональные излишки. Но опыт последнего времени показывает, что не всегда уровень стресса может соответствовать и компенсироваться двигательной активностью такого же уровня. Кроме индивидуального подхода в подборе только средств, форм и методов, необходима еще градация стресса и, как мы сейчас обозначим, обязательное построение рациональной двигательной активности в комплексе с формированием позитивной психоэмоциональной доминантой.

Гипотезы Ганса Селье (в особенности в его итоговой книге «Стресс без дистресса») оказались весьма продуктивными. В 60-е годы прошлого столетия в развитых

странах высокий жизненный уровень уже не гарантирует здоровья, если люди не относятся к своему телу, духу и душе осознанно, разумно и бережно. Без определенных усилий и напряжений уже не обойтись. Технологии начинают во всю захватывать жизнь человека. Но сам по себе стресс не страшен, страшны: бездуховность, безысходность, уныние, лень, страх.

Новые возможности и пути к сохранению здоровья открыли бестселлеры 70-х годов 20 века – книги Гарта Гилмора «Бег ради жизни» и К. Купера «Аэробика для хорошего настроения». Массовое увлечение оздоровительным бегом трусцой приняло глобальный характер. Гарт Гилмор придумал озорной афоризм: «Лучше пить, курить и бегать, чем не пить, не курить и не бегать». Бег оказался волшебным средством спасения от перенапряжений и малоподвижного образа жизни, помогая человеку хотя бы на время выйти из сфер технологизированной жизни, заполнить километры и часы индивидуальной тренировки, мыслительными, двигательными и психоэмоциональными переключениями, забытыми ощущениями естественного состояния единения тела, духа и Природы. Бег трусцой в те годы стал распространенным рекреационным занятием для мужчин, а аэробика – для женщин (сформировалась благодаря усилиям американской актрисы и мастера шоу-бизнеса Джейн Фонда). Аэробика была не только новой эмоциональной системой движений, но и естественным образом становилась клубом для досуга и общения.

Маркетинг «рынка здоровья» развивался темпами, вполне сопоставимыми с прогрессом компьютеризации, что в какой то степени взаимозависимо и объяснимо. В арсенале оздоровительных систем того времени появились также такие разновидности, как стретчинг, колонетика и многое другое, включая восточные системы оздоровления. Время требовало новые, в том



числе и технологизированные подходы к методике занятий по оздоровлению.

Сфера оздоровительной физической культуры принимала и новые внешние формы. В 90-е годы 20 века появляются первые специализированные фитнес-центры и оздоровительные клубы для обеспеченных и состоятельных людей. Эти структуры представляют собой уже настоящие комбинаты технологизированной деятельности: бассейны, сауны, компьютеризованные тренажеры, массажные кабинеты, аэрарии, кабинеты фитотерапии и др. Таким образом, *искусственный мир, созданный человеком, требовал создания искусственных новообразований для возможной компенсации всех бед, которые были привнесены самими же людьми в жизнь.* Можно сказать и так, что для здоровья потребовалось достойное место в жизнедеятельности человека. Но, к сожалению, ниша здоровья получила свое место, прежде всего, как успех точно разработанных финансовых схем и маркетинговых технологий. Поэтому человек конца XX столетия здоровее, естественно, не стал.

Гигантские социально-экономические и технологические изменения целых стран и народов завели человечество в сужающийся коридор выбора. Все больше возрастают требования и их уровень, предъявляемые к здоровью человека и его деятельности. Знаний, средств, и образцов так называемого здравоохранения – в избытке, но отсутствует подлинная идеология и единая система подходов к здоровью в широком смысле этого слова. Проблема, на наш взгляд, в том, что человек из мира рабочих технологий, снова попадаете в технологию оздоровления.

Таким образом, мы находимся в искусственном мире и все больше отдаляемся от естественно – природного состояния. Мы оказались в неестественном темпе и ритме жизнедеятельности, которые заставляет искать пути и возможности обнаружения естественно-природных мест и состояний для восстановления баланса сил и энергий. Но при этом мы все меньше думаем о сохранении и приумножении здоровья всего живого находящегося рядом с нами на планете.

\* \* \*

Д.Н. Давиденко, Е.Н. Котлярова, С.В. Складов

Физическая культура в вузах представлена как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности. Согласно концепции Министерства образования РФ о непрерывном физкультурном образовании, образование в сфере физической культуры осуществляется во всех образовательных учреждениях – детских садах, школах, колледжах и вузах. Выпускник вуза получает общее (неспециальное) физкультурное образование (в отличие от Университетов, Академий физической культуры и факультетов физической культуры педагогических университетов, где выпускник получает специальное физкультурное образование).

Общеизвестно, в учебных заведениях через курс учебной дисциплины «Физическая культура» ставится решение воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач. Как важнейший базовый компонент формирования общей культуры студентов, физическая культура своими формами и методами призвана способствовать гармонизации телесного и духовного единства личности и формированию здоровья. Последнее обстоятельство особенно важно, так как происходящие в настоящее время в России социально-экономические и политические преобразования, к сожалению, не способствуют совершенствованию человека, пониманию того, что саморазвитие, рост собственной личности – это помощь не только себе, но и окружающим («Спаси себя – и вокруг тебя спасутся тысячи!»). Поскольку человеческая жизнь является высшей ценностью общества, то совокупность свойств, качеств и состояний человека есть ценность не только самого человека, но и общества. Именно это превращает здоровье каждого индивида в общественное богатство.

В настоящее время учебный процесс по физической культуре и деятельность кафедр направлены не на личность студента, а на чисто внешние показатели, харак-

теризуемые контрольными нормативами учебной программы. Наиболее остро эта проблема стоит при работе со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, формы и методы работы с которыми разрабатывает адаптивная физическая культура. Наиболее перспективным направлением, способным эффективно решать вопросы формирования физической культуры и здоровья студентов, представляется объединение возможностей физической и валеологической культуры. В практике кафедр физической культуры высших учебных заведений сложилась ситуация, когда студенты, в лучшем случае, привлекаются к освоению практической части программы по физической культуре с целью повышения уровня физической подготовленности. Возникла парадоксальная ситуация, когда студенты, нуждающиеся в освоении средств и методов оздоровительной физической культуры, такой возможности в стенах высшего учебного заведения не получают.

Современные процессы в обществе, изменение социокультурных приоритетов вызвало необходимость обновления парадигмы физкультурного образования и объективно обусловило особую значимость инноваций в педагогической сфере. Инновации в физкультурном образовании – естественное и необходимое условие его развития в соответствии с постоянно меняющимися потребностями людей.

Сложная социально-экономическая, демографическая ситуация и состояние здоровья молодежи диктуют необходимость совершенствования учебной программы по физической культуре высших учебных заведений, наполняя её валеологической составляющей. Совершенно очевидно, что физическая культура личности не возможна без культуры здоровья, и совершенно очевиден факт взаимного проникновения физической культуры и культуры здоровья. Серьёзно поднимается вопрос о необходимости формирования у

студентов культуры здоровья. При этом под *культурой здоровья* мы понимаем созданные человеком ценности, формирующие такой способ жизнедеятельности человека, в котором соблюдаются научно обоснованные социальные и биологические принципы здорового образа жизни. Уровень *культуры здоровья личности*, по нашему мнению, определяется сформированностью универсальных и специально направленных компетенций, связанных с овладением средств самостоятельного использования средств и методов физической культуры для повышения адаптационных резервов организма, работоспособности и укрепления здоровья, обеспечивает формирование культуры здоровья студентов.

Имеются разные подходы к внедрению валеологических знаний в учебный процесс. В интенсивно развиваемом в последнее время валеологического направления предусматривается введение валеологического компонента в виде универсального педагогического приёма. Другой подход связан с использованием ценностного потенциала физической культуры. Данный вид культуры является одним из значимых и действенных средств в формировании здоровья и здорового образа жизни, имеет гуманную направленность, формирует ценности, имеющие общекультурное значение, среди которых главная – здоровье человека. Общность целей и использование таких средств, как физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы ставят физическую культуру в особые взаимоотношения с валеологией и ведут к построению новой парадигмы физкультурного образования.

На современном этапе социально-экономического развития общества, который характеризуется неудовлетворительным состоянием здоровья молодёжи и проблемной демографической ситуацией, в стране возникла необходимость в модернизации учебной программы по физической культуре учебных заведений, обеспечивающей формирование здоровой личности, важнейшим показателем которой можно считать сформированность у неё

культуры здоровья (валеологической культуры).

Низкий уровень состояния здоровья студентов диктует необходимость поиска путей повышения потенциала здоровья студенческой молодёжи. В определённой (значимой) степени это может быть осуществлено через образование, просвещение, направленное на формирование культуры здоровья. Примечательно, что одно из ведущих учебных заведений профессионального физкультурного образования – университет имени П.Ф. Лесгафта переименован в Национальный государственный университет физической культуры, спорта и **здоровья**.

Как показало анонимное анкетирование, проведённое в ряде вузов России, свыше 80% студентов проявляют большую заинтересованность в формировании специально направленных компетенций в сфере культуры здоровья. Это послужило основанием для разработки и организации элективного курса «Оздоровительная физическая культура».

Мы посчитали, что элективный курс «Оздоровительная физическая культура» должен опираться на знания, полученные студентами при прохождении базового курса «Физическая культура», предусмотренного вузовской учебной программой дисциплины «Физическая культура». Если базовый курс не оказывается эффективным, то наиболее важные аспекты программы более углублённо рассматриваются в элективном курсе. В частности, это касается характеристики научных основ здорового образа жизни. Подчёркнём, что основными средствами, которыми мы пытаемся решить задачу укрепления здоровья через освоения элективного курса, являются компоненты здорового образа жизни: воспитанное разумное отношение к своему здоровью, правильному режиму труда и отдыха; движение (физическая культура и закаливание организма); рациональное питание и т.д.

Как известно, концентрированным выражением взаимосвязи и положительного взаимовлияния образа жизни и здоровья является здоровый образ жизни. При соз-

дании программы элективного курса мы исходили из того, что до настоящего времени у специалистов нет единого мнения по структуре и теоретической концепции формирования здорового образа жизни. Понятие здоровый образ жизни, на наш взгляд, объединяет всё, что способствует осуществлению человеком профессиональной, общественной и бытовой деятельности в наиболее оптимальных для здоровья и развития человека условиях и выражает ориентированность этой деятельности на укрепление и развитие личного и общественного здоровья.

По нашему мнению, в результате прохождения элективного курса студенты должны приобрести специально направленные компетенции, связанные со способностью человека применять знания, умения и личностные качества для успешной жизнедеятельности.

Учитывая объём материала, включаемого в элективный курс, мы посчитали, что этот объём можно ограничить 68-ью часами и должен он проводиться после

прохождения базового курса, а учебные занятия по элективному курсу должны проводиться в форме теоретических, методико-практических и самостоятельных занятий.

Теоретический раздел – изложение студентам материала в форме лекций (16 часов). В виде групповых занятий после предварительного освоения соответствующего теоретического раздела – методико-практические занятия (14 часов). И, наконец, 38 часов – самостоятельная работа студента, связанная с самостоятельным изучением рекомендованной литературы, освоением изученных на методико-практических занятиях валеопрактических (оздоровительных) технологий и методических приёмов оценки состояния организма. Завершением элективного курса является контрольное занятие, которое обеспечивает итоговую информацию о степени усвоения теоретических знаний и практических умений каждым студентом в сфере культуры здоровья.

## **Тематический план элективного курса «Оздоровительная физическая культура»**

### **Лекционный курс**

Тема 1: «Валеология и физическая культура» – 2 часа.

Валеология как новое научно-педагогическое направление. Основные аспекты и проблемы валеологии. Валеология и физическая культура: точки соприкосновения; валеологическая направленность занятий по физкультурному образованию как средство формирования культуры здоровья.

Тема 2: «Здоровье и его компоненты» – 2 часа.

Основные подходы к определению понятия «здоровье». Здоровье и болезнь, норма и патология. Виды здоровья: физическое, соматическое, психическое, нравственное, социальное, репродуктивное, профессиональное. Факторы, определяющие здоровье человека.

Тема 3: «Образ жизни и здоровье» – 2 часа.

Образ жизни и его категории: уровень, качество и стиль жизни. Факторы, определяющие образ жизни человека. Здоровый образ жизни и его составляющие компоненты. Социальные и биологические принципы.

Тема 4: «Аутопатогения – саморазрушающее поведение» – 2 часа.

Курение и его влияние на организм, методы коррекции никотиновой зависимости. Алкоголь, его влияние на организм, методы коррекции алкогольной зависимости. Наркотики, их влияние на организм.

Тема 5: «Адаптация, резервы организма и здоровье» – 2 часа.

Адаптация: определение понятия, разновидности адаптации. Структурные и функциональные резервы адаптации. Связь механизмов адаптации со здоровьем.

ем. Организм в условиях гиподинамии и гипокинезии.

Тема 6: «Питание, закаливание, массаж и здоровье» – 2 часа.

Понятие и принципы рационального питания. Состав рациона здорового человека. Технологии оздоровительного питания. Иммуитет и здоровье человека. Нарушения иммунной системы. Термозакаливание как эффективный региональный фактор тонизации иммунной системы. Принципы закаливания. Парная и сауна – оздоровительное действие. Массаж и самомассаж.

Тема 7: «Дыхание как фактор здоровья» – 2 часа.

Правильное дыхание и здоровье. Диафрагмальное дыхание и здоровье. Технологии оздоровления через дыхательные гимнастики: парадоксальная дыхательная гимнастика по А.Н. Стрельниковой, волевая ликвидация глубокого дыхания по К.П. Бутейко, полное дыхание по системе хатха-йоги и др.

Тема 8: «Системы оздоровления» – 2 часа.

Система оздоровления Н.М. Амосова. Аэробика хорошего самочувствия К. Купера. Программа оздоровления П. Брэгга. Система оздоровления К. Ниши. Аюрведа – учение о жизни и здоровье. Школа здоровья Н. Семенович. Философия здоровья Г. Шаталовой. Ментальный тренинг.

### Методико-практические занятия

Тема 1: «Составление собственных программ оздоровления» – 2 часа.

Принципы построения программы оздоровления. Основные элементы программы оздоровления. Текущая (на период обучения) часть программы. Перспективная (на обозримый период времени) часть программы. Практическая реализация лично-ориентированной программы оздоровления.

Тема 2: «Дневник оздоровительного комплекса» – 2 часа.

Необходимость ведения дневника оздоровительного комплекса (ДОК). Алгоритмы здоровья – составные части ДОКа. Особенности учета реализации индивидуальной программы оздоровления в ДОК. Практическая работа по составлению индивидуального комплекса.

Тема 3: «Методы исследования функционального состояния организма» – 2 часа.

Определение ЧСС, АД, частоты и глубины дыхания, жизненной емкости легких, жизненного индекса, пробы Мастера, пробы Штанге, пробы Генче. Сопоставление измеренных величин с должными величинами.

Тема 4: «Оценка физического состояния организма» – 2 часа.

Определение антропометрических показателей: роста, массы тела, индекса Кет-

ле, динамометрии, становой силы. Оценка уровня физического состояния по данным возраста, роста, массы тела, уровня артериального давления и ЧСС.

Тема 5: «Валеометрия – измерение потенциала здоровья» – 2 часа.

Оценка текущего состояния здоровья по методу В.П. Войтенко. Психофизическое состояние: оценка по тесту САН – самочувствие, активность, настроение. Оценка риска заболеваемости – компьютерная программа АСКОРС.

Тема 6: «Оценка уровня соматического здоровья индивида» – 4 часа.

Метод Г.Л. Апанасенко – эффективное средство определения уровня соматического здоровья. Принцип безопасного порога уровня здоровья. Освоение метода оценки соматического здоровья. Оценка собственного уровня соматического здоровья с учетом данных роста, массы тела, кистевой динамометрии, уровня АД, ЖЁЛ, пробы Мастера.

Тема 7: «Обсуждение индивидуальных программ оздоровления» – 2 часа.

Ниже (см. таблицу и рисунок) представлены результаты освоения студентами экспериментально проведенного элективного курса «Оздоровительная физическая культура», в котором приняли участие 24 студента. В таблице представлен процент оценок знаний и умений студентов в сфере

культуры здоровья человека до и после прохождения экспериментального элективного курса.

Результаты оценки знаний и умений студентов показывают, что у студентов, освоивших экспериментальный элективный курс, сформированы знания в сфере культуры здоровья: студенты *смогли* самостоятельно методически правильно использовать средства и методы оздоровительной физической культуры для повы-

шения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; *овладели* понятийным аппаратом в сфере оздоровительной физической культуры; личным опытом, умениями и навыками повышения своих функциональных резервов адаптации, необходимыми для обеспечения полноценной социальной и профессиональной адаптации, и умением самокоррекции состояния организма и самоконтроля за своим состоянием.

Таблица. Распределение студентов (в процентах) по уровню сформированности знаний и умений в сфере культуры здоровья

2 балла (низкий уровень)	3 балла (средний уровень)	4 балла (достаточный)	5 баллов (высокий уровень)
Знания сущности и содержания понятий «адаптация», «социальная адаптация», «биологическая адаптация»			
87,5 / 0	12,5 / 4,2	0 / 20,8	0 / 75,0
Знания сущности и содержания понятий, «адаптационные резервы организма», «структурные резервы», «функциональные резервы»			
100 / 0	0 / 0	0 / 50,0	0 / 50,0
Знания сущности и содержания понятий «здоровье», «болезнь», «предболезнь», «биосоциальный потенциал человека»			
100 / 0	0 / 0	0 / 16,7	0 / 83,3
Знания сущности и содержания понятий «валеология», «валеометрия», «валеопрактические технологии»			
100 / 0	0 / 8,3	0 / 33,3	0 / 58,3
Знания сущности и содержания понятия «саморазрушение»			
100 / 0	0 / 8,3	0 / 25,0	0 / 66,6
Знания биологических и социальных принципов здорового образа жизни			
100 / 0	0 / 0	0 / 16,7	0 / 83,3
Знания социально-биологических и педагогических основ оздоровительной физкультуры			
83,3 / 0	16,7 / 8,3	0 / 33,3	0 / 58,3
Знания методов оценки состояния организма, валеометрии и умение их применять			
100 / 0	0 / 8,3	0 / 25,0	0 / 66,6
Знания средств и методов оздоровительной физической культуры			
75,0 / 0	25,0 / 0	0 / 25,0	0 / 75,0
Умение самостоятельно использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья			
41,7 / 0	58,3 / 0	0 / 16,7	0 / 83,3
<b>ОБОБЩЁННАЯ ОЦЕНКА</b>			
88,75 / 0	11,25 / 3,74	0 / 21,25	0 / 78,75

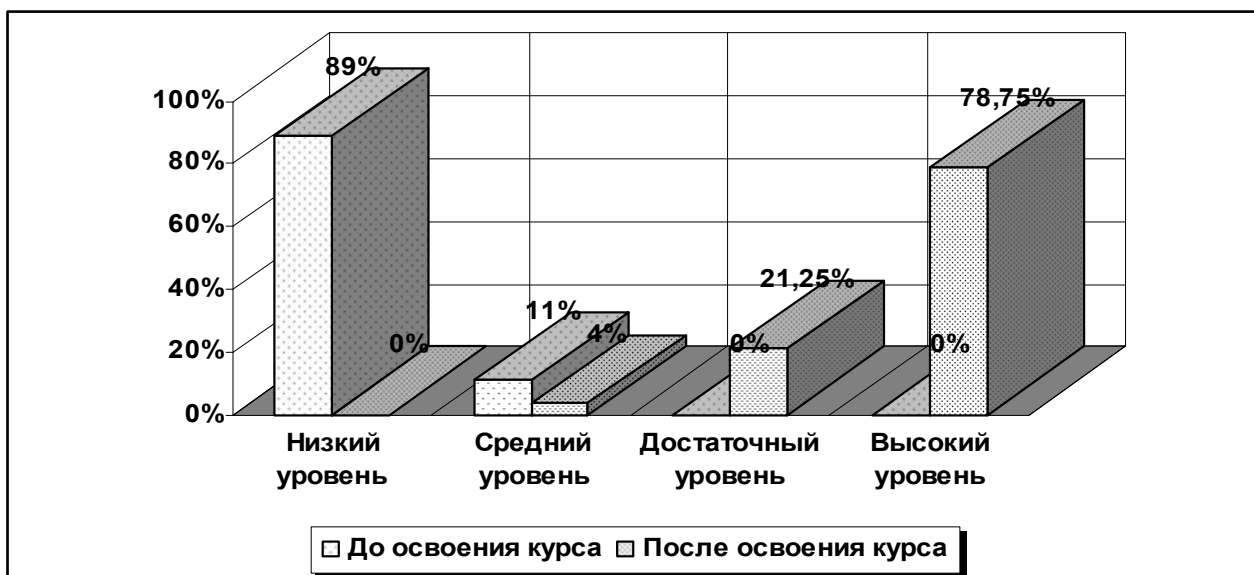


Рис. Распределение студентов по уровню сформированности компетенций в сфере культуры здоровья до и после освоения elective курса.

После окончания elective курса каждому студенту предлагалось высказать в анонимной форме своё мнение относительно целесообразности курса.

Анализ результатов анкетирования и беседы со студентами, освоившими elective курс, показал, что они:

1) в меньшей степени уверены в том, что их физическое развитие соответствует уровню, необходимому для продуктивного труда и сохранения здоровья;

2) считают занятия физической культурой скорее более сложными, нежели простыми;

3) более мотивированы в желании повысить уровень своего физического развития;

4) больше заинтересованы в систематических занятиях физической культурой в оздоровительных целях;

5) больше затрачивают времени на занятия физической культурой;

6) в меньшей степени считают, что их обычный двигательный режим достаточен

для нормальной жизнедеятельности и сохранения здоровья;

7) положительно оценили программу elective курса «Оздоровительная физическая культура» для формирования своей собственной культуры здоровья.

Таким образом, можно утверждать, что студенты благодаря elective курсу приобрели специально направленные компетенции в сфере культуры здоровья.

В заключение отметим, что все студенты, освоившие elective курс, единодушно высказались за целесообразность его внедрение в образовательный процесс университета.

На наш взгляд, программа разработанного elective курса должна найти отражение в новой учебной программе базового курса по физической культуре, создаваемого для студентов высших учебных заведений в рамках ГОС ВПО третьего поколения.

\* \* \*

# РЕЙТИНГОВЫЙ КОНТРОЛЬ – ИННОВАЦИОННЫЙ ИНСТРУМЕНТ УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

---

В.И. Григорьев, Ю.К. Шубин

**Постановка проблемы.** В современных условиях интеграции высшей школы Российской Федерации в европейскую систему образования остро стоит проблема повышения эффективности и качества образовательного процесса [1]. Поскольку высшая школа является базовым механизмом воспроизводства целостной системы образования, науки и технологии, именно качество образования определяется программными документами ЮНЕСКО как приоритетное направление развития культуры. Физкультурное образование становится в этом «образовательном поле» стратегической областью, а его качество – национальным достоянием. Стратегическим ориентиром осуществляемой модернизации содержания физической культуры студентов вуза является, в этой связи, качество учебного процесса, обеспечивающее высокие темпы физической подготовленности студентов, гармонию телесного, интеллектуального и духовного развития. На смену морально устаревшей системе управления физической подготовкой студентов приходит инновационная (лат. *Innovas* – обновление) – системный менеджмент. Наблюдаемый сегодня транзитивный период – это промежуточный период времени, в течение которого происходят трансформация используемых в физической культуре инновационных технологий управления.

В рамках реализации задач, определенных в «Стратегии развития физической культуры и спорта до 2020 года» на кафедрах физической культуры вузов разрабатываются инновационные подходы, ориентированные на интеграцию системы рейтингового контроля за динамикой физического развития и подготовленности студентов.

Современные подходы в области инновационного управления опираются не только на базу педагогических знаний, но

и строятся на фундаменте междисциплинарных теорий и методов (к примеру, на теорию систем, синергетику, теорию самоорганизации нелинейных систем), что свидетельствует о смене доминирующей точки зрения на функции управления: начиная от вопросов управления процессами внедрения инноваций в подготовку студентов, до исследования сложных синергетически связанных систем управления педагогическим процессом [2].

Актуальность исследования проблемы интеграции рейтингового контроля в систему физкультурного образования обусловлена недостаточной эффективностью используемых в физической культуре студентов традиционных методов контроля, обусловленных их субъективизмом, ограниченностью при формировании навыков самоконтроля и самооценки результатов учебной деятельности. Предпринимаемые в последние годы попытки изучения этой проблемы осуществлялись в разных аспектах – узко управленческом, педагогическом и организационном, что свидетельствует в целом о развитии этого перспективного научного направления [3, 4, 5]. Однако до сих пор остаются недостаточно изученными вопросы о качественных параметрах физкультурно-спортивной деятельности, которые необходимо отслеживать в ходе рейтингового контроля, а также вопросы, связанные с формализацией, обработкой и сравнением разнородных показателей, получаемых в ходе тестирования.

Теоретической основой разработки инновационной системы рейтингового контроля является учение о квалиметрии человека и образования. Функции рейтингового контроля, как справедливо отмечает Л.И. Варенова с соавт., связаны со сбором и обработкой первичной информации (ее структурированием и анализом) о физ-



культурной деятельности студентов до принятия управленческих решений [3].

Методологически предлагаемый подход опирается на теорию биологического детерминизма самоорганизации биологических систем, где количественные процессы рассматриваются как предпосылки качественных функциональных изменений. Г.А. Бордовский с соавт. совершенно справедливо отмечают в этой связи, что возникновение инноваций в образовательной системе, обусловлено законом ее волновой адаптации к энтропии воздействия внешней среды [4].

Представляется, что исследование содержания и функций рейтингового контроля, выявление связей между двигательной активностью и динамикой прироста двигательных способностей, позволит найти пути повышения эффективности управления физической подготовкой студентов. Напомним, что рейтинг (с англ. rating – разряд, номинальное значение какого-либо параметра) – рассматривается нами как сумма баллов, набранная студентом в течение определенного промежутка времени (к примеру, за семестр, год, 4-х летний цикл обучения) по установленным правилам, не меняющимся в течение этого промежутка.

Исследование проведено с целью более глубокого понимания специфики управления процессами физической подготовки студентов, раскрытия их эмпирических смыслов, определения отношения студентов с разным уровнем физического развития и подготовленности к занятиям физическими упражнениями на учебных отделениях вуза.

Для решения поставленных задач проведено социологическое исследование, направленное на квантификацию проблем, связанных с определением преподавателями и студентами сущности и перспектив интеграции рейтингового контроля в систему физкультурного образования. Наряду с анализом литературы и интервьюированием студентов, использовалась меметика (англ. memory – память) – учение о мемах и их социальных последствиях [5]. В интерпретации Р. Marsden, «мем» – это зако-

дированная, воспроизводимая и передающаяся человеку на подсознательном уровне единица информации (к примеру, это могут быть идеи, которые являются репликаторами и передаются непосредственно от человека к человеку). Методика позволяет выявить повторяющиеся связи между ассоциативными образами, возникающими при занятиях разными видами физкультурно-спортивной деятельности, возникающими потребностями и мотивами (к примеру, мотивами самоутверждения, получения удовольствия от двигательной активности). В работе она использована как конструктивный способ самоисследования возникающих в сознании студентов и преподавателей физической культуры ассоциативных образов, связанных с видами и функциями контроля физкультурно-спортивной деятельности. По сути методика «мемов» отрицает претензии традиционного опроса на право экзистенциальной характеристики функций управления физической подготовкой. Эти претензии тем более иллюзорны, что представления о реальности зачастую сводятся к самым поверхностным, в частности о социально окрашенных понятиях о физической культуре.

Респондентами стали 24 преподавателя кафедры физического воспитания и 260 студентов I курса Санкт-Петербургского государственного университета экономики и финансов (СПбГУ-ЭФ), в возрасте 18 лет, юношей и девушек, занимающиеся на отделении спортивного совершенствования (n = 30 чел.), основном учебном отделении (n = 103 чел.), подготовительном (n = 86 чел.) и специальном медицинском отделении (n = 41 чел.).

#### **Результаты исследования и их обсуждение.**

В результате проведенных исследований выявлены характеристики, позволяющие различать функции традиционно используемого педагогического контроля и инновационного по свойствам – рейтингового контроля. В основе различий лежит процесс инновационного преобразования контрольных функций, связанных с дивер-

сификацией используемых средств, методов, организационных форм физкультурно-спортивной деятельности студентов, усилением процессов самоуправления двигательной активностью.

Более 52% респондентов отметили, что инновационный характер рейтингового контроля проявляется при его использовании как инструмента системного менеджмента физкультурно-спортивной деятельности студентов. Соглашаясь в целом с позицией В.В. Иванова, преподаватели кафедры физической культуры характеризуют педагогический контроль как некую совокупность параметров, средств, методов, алгоритмов и организационно-методических мероприятий, используемых в оценке эффективности средств и методов физического воспитания [6].

46% преподавателей отметили, что рейтинговый контроль, в отличие от педагогического контроля, охватывает более сложную совокупность качественных параметров физкультурно-спортивной деятельности студентов, их потребности и мотивацию, а также важных свойств объекта, образующих собственные смысловые таксоны инноваций – иерархические группы диагностических средств и методов, оцениваемых рейтинговыми баллами.

При проведении рейтингового контроля осуществляется многопараметрическая регистрация и оценку педагогических и социально-психологических показателей, характеризующих динамику формирования личности студента, оценку его физического развития и подготовленности.

Это позволяет сделать заключение, что рейтинговый контроль более эффективен в мониторинге физического развития и подготовленности студентов, их интересов и потребностей. Он позволяет отслеживать темпы индивидуального прироста регистрируемых переменных, поскольку каждый последовательный этап развития можно сопоставить с некой иерархической ступенью физического развития и подготовленности студентов.

Более 41% преподавателей отмечают, что использование результатов рейтинго-

вого контроля с целью коррекции содержания учебного процесса, способствует достижению сбалансированного соответствия широкого спектра характеристик физкультурно-спортивной деятельности модельным параметрам. Он позволяет определить удовлетворенность студентов содержанием учебных занятий, динамику их физического развития и подготовленности, достаточный уровень методического сопровождения учебного процесса; оснащенность залов современным спортивным оборудованием и пр. Из этого следует, что интеграция рейтингового контроля связана с созданием необходимых условий для самореализации, саморазвития личности, формирования индивидуального стиля физкультурно-спортивной деятельности. Можно согласиться с позицией В.Ф. Костюченко с соавт., что здесь проявляются новые черты физической культуры студентов – не столько как традиционного процесса трансляции знаний, сколько как процесса активного и творческого усвоения студентом современных технологий управления программой физического самосовершенствования [7].

Большинство опрошенных педагогов в структуру средств рейтингового контроля включают информационно-измерительные системы и технические средства, методы формально-логического, перцептивно-семантического интуитивно-чувственного, вербально-семантического анализа и синтеза. Наиболее приемлемыми методами рейтингового контроля, по мнению преподавателей, являются методы дифференциальной диагностики, включая анкетирование и опрос студентов, контент-анализ нормативных документов и рабочей документации, педагогические наблюдения, тестирование; а также методы логического обоснования и оценки диагноза, включая экспертные оценки, клиринговый анализ, педагогическое моделирование и организационное проектирование.

Выявленные в ходе опроса инновационные свойства и функции рейтингового контроля соотносятся с результатами аналогичных исследований В.Ю. Волкова,

рассматривающего его как гибкий управленческий инструмент, стимулирующий двигательную активность студентов, повышающий темпы прироста физических кондиций [8].

Динамика двигательной активности студентов может быть рассмотрена, в этой связи, как предпосылка целенаправленно формируемых морфологических и функциональных изменений в их организме, обеспечивающих повышение резервов адаптации к учебной деятельности. Таким образом, рейтинговый контроль позволяет определить не только операциональный уровень владения учебным материалом, но и отслеживать динамику формирования двигательных компетенций, физического развития и здоровья студентов.

Более 48% преподавателей отметили, что применение рейтингового контроля для диверсификации средств физической культуры имплицитно формирует потребностно-мотивационную сферу студентов. Именно потребности могут быть реперными точками проводимого мониторинга, а качественные изменения в уровне физической подготовленности могут отслеживаться по детерминируемым переменным воздействия. Это позволяет утверждать, что многообразие функций и целей рейтингового контроля, его интегративный характер определяет главную цель его применения в учебном процессе – повышение активности студентов в реализации целей и задач физкультурного образования на основе диверсификации используемых средств.

Говоря об использовании рейтингового контроля для управления качеством учебного процесса, 60% респондентов отметили, что решение этой задачи достигается путем сопоставления текущих, конечных и отдаленных результатов педагогического воздействия на рейтинг физической культуры студентов. Интегральная оценка отражает содержание физкультурно-спортивной деятельности, динамику физической подготовленности, уровень освоенных знаний, умений и навыков в бальном эквиваленте, который студент наберет по всем видам текущего, промежу-

точного и итогового контроля. Тогда он позволит выявить динамику физического развития студентов, проследить функциональные изменения в организме. По мнению В.Д. Шилова с соавт. в этом случае через призму контрольных функций проявляются свойства преобразуемых качественных элементов физкультурного образования студентов [9]. Содержание рейтингового контроля определяется, таким образом, как определенная совокупность правил, алгоритмов методических указаний и соответствующего математического аппарата, обеспечивающего обработку больших массивов информации по параметрам индивидуальной физкультурно-спортивной деятельности и текущего состояния студентов. Видимо прав М.П. Батура с соавт., утверждая, что рейтинг-контроль – это личностно ориентированная форма контроля, предусматривающая коррекцию осуществляемых педагогом функций управления [10].

В ходе опроса преподавателей выявлены проблемные факторы, затрудняющие широкое использование рейтингового контроля в учебном процессе. К примеру, более 47% респондентов отметили, что не видят перспектив его использования, объясняя это недостаточной разработанностью предметной области рейтингового контроля (ее структуры и границ); методического сопровождения, обработки и регистрации результатов тестирования, отсутствием выделяемого на рейтинговый контроль временного ресурса.

Среди субъективных факторов, препятствующих интеграции рейтингового контроля в учебный процесс, следует отметить:

– нежелание значительной части преподавательского корпуса изменить существующие методики контроля из-за опасения увеличения объема работы;

– не заинтересованность определенной части студентов, занимающихся главным образом на основном и подготовительном отделениях, переходить на углубленное самостоятельное усвоение учебного материала, дополнительно затрачивать

время на физкультурно-спортивную деятельность.

В решении этих проблем весьма остро стоит вопрос информатизации учебного процесса, связанный с низкими темпами внедрения современных информационных технологий в физическую культуру.

Представляет интерес оценка перспектив использования рейтингового контроля группами студентов, отнесенными по состоянию здоровья и подготовленности к отделению спортивного совершенствования, основному, подготовительному и специальному медицинскому отделениям.

Опрос показал, что связи между рейтинговым контролем и динамикой двигательной активности имеют мерцающий характер, ускользающий от однозначной интерпретации. Вместе с тем, более 70% студентов четырех учебных отделений отмечают в целом положительную связь между рейтинговым контролем и использованием разных видов и форм физкультурно-спортивной активности.

В группе спортсменов выявлены устойчивые положительные оценки рейтингового контроля в антиномиях: физическая нагрузка – спортивный результат, тренировка – успешность в соревновании – успешность в учебе. Более 68% респондентов отметили, что его использование позволит повысить объективность и полноту педагогического контроля, более эффективно реализовать его организующую, обучающую, воспитывающую и развивающую функции. В качестве реперных критериев оценки их компетенций целесообразно использовать динамику спортивных достижений на соревнованиях разной значимости – на первенстве университета, города, всероссийских соревнований, Универсиаде и пр. Резервом повышения эффективности управления физической подготовкой студентов-спортсменов является использование информационных ресурсов рейтингового контроля, определяющих проблемные факторы специальной физической, технической, тактической, психологической подготовленности и вносить соответствующие изменения в содержание спортивной тренировки.

В группе студентов, отнесенных по состоянию здоровья, к основному учебному отделению, оценка функций рейтингового контроля осуществляется на основе общей витальности. 54% студентов этого отделения отмечают связь рейтингового контроля с ростом интенсивности физкультурно-спортивной деятельности; успешностью учебной и спортивной деятельности; расширением резервов адаптации к физической нагрузке; обретением высоких физических кондиций и телесной гармонии.

При этом более  $\frac{1}{3}$  респондентов не находят связи между традиционными формами контроля с ресурсами двигательной активности, подготовленности и здоровья. Отмечают бесполезность используемых контрольных нормативов, чрезмерную «заорганизованность» урока. Контрольные уроки рождают такие ассоциации, как «скучно», «не эффективно», «однообразно».

Более половины студентов, отнесенных к подготовительному отделению, рассматривают рейтинговый контроль как организационную форму привлечения к физкультурной и спортивной деятельности в организованных и самостоятельных формах, связывая его с повышением интеллектуальной активности и работоспособности, развитием коммуникативных способностей, формированием активной жизненной позиции.

При положительном, в целом, отношении к использованию технологий рейтингового контроля, более 40% этой группы студентов склонны к накоплению баллов за счет реализации сравнительно пассивных форм физической культуры (к примеру, участия в качестве зрителей, волонтеров в спортивных соревнованиях и праздниках), т.е. спортивного времяпрепровождения, исключаящего высокую двигательную активность и большие затраты времени. Более 38% студентов подготовительного отделения отдадут предпочтение пассивно-созерцательным средствам физической культуры (например, просмотру спортивных передач), связанным с получением удовольствия. При этом

они считают необходимым включение в мониторинг параметров, характеризующих вредные привычки – потребление алкоголя, табака и наркотиков.

Более 84% студентов специальной медицинской группы характеризуют положительное влияние технологий рейтингового контроля на динамику физического развития и подготовленности через призму ограниченного двигательного опыта, связанного с заболеванием. Студенты этой группы указывают на необходимость оценки параметров, позволяющих отслеживать динамику массы тела (к примеру, соотношение жирового и мышечного компонентов), коррекцию физических дефектов, преодоление фобий и неуверенности в своих силах.

Полученные результаты исследования соотносятся с позицией П.А. Виноградов, утверждающего, что рейтинговый контроль помогает формировать на способность студентов к самоорганизации, за счет воспитания самостоятельности, развития когнитивных компетенций, создания конкурентной среды [11]. Его применение в управлении физической подготовкой студентов, оказывается тесно связанным с управлением информационными ресурсами, программой двигательной активности студентов, оценкой параметров внешней среды. В сравнении с традиционной методикой контроля технологии рейтингового контроля обладают следующими особенностями:

- последовательно проводится предварительный (исходный), текущий (промежуточный и рубежный) и итоговый рейтинговый контроль, позволяющий определить индивидуальный рейтинг студента и в динамике оценить эффективность учебного процесса;

- результаты текущего контроля используются в процессе обучения как функции «обратной связи», используемые в коррекции физкультурно-спортивной деятельности студентов;

- развернутая процедура оценки результатов работы кафедры физической культуры в отдельных сегментах физкультурного образования, обеспечивают высо-

кую информативность и надежность рейтингового контроля;

- рейтинговый контроль удовлетворяет требованиям содержательной и конструктивной валидности (соответствие форм и цели);

- технологии рейтингового контроля реализуют контрольную, мотивационную, регулирующую и воспитательную функции;

- рейтинговый контроль помогает развивать у студентов навыки и умения самоконтроля в физкультурно-спортивной деятельности [12].

На основании выявленных в ходе опроса особенностей нами разработана инновационная технология рейтингового контроля. Ее внедрение в физическую культуру студентов позволяет сделать шаг к созданию инновационной модели управления физической подготовкой студентов с разным уровнем физического развития и подготовленности, раскрыть ее привлекательные константы цивилизованности физкультурно-спортивной деятельности. Этот процесс предусматривает технологизацию учебного процесса, связанную с использованием современных методов обучения и форм организации физкультурно-спортивной деятельности студентов, современных диагностических средств, меняющих его содержательную и процессуальную стороны. Тем самым формируются навыки самоконтроля и самооценки результатов обучения, усиливаются межличностные связи в системе «педагог – студент», что способствует трансформации студента в субъект контроля и оценивания учебной деятельности и положительно сказывается на результатах обучения. В основе этого процесса – глубоко мотивированное, осознанное отношение студентов к предмету «Физическая культура».

Предлагаемый подход вполне оправдан с точки зрения методологии науки, поскольку он дает возможность моделирования физкультурно-спортивной деятельности студентов по интерполяции дискретных параметров состояния объекта.

Рейтинговый контроль необходимо проводить в три этапа. В начале учебного года проводится предварительный контроль с целью определения готовности студентов к освоению программы. Для оценки текущей успеваемости и промежуточной аттестации студентов в середине семестра проводится промежуточный контроль. Получаемая в процессе контроля информация становится «обратной связью» как для преподавателя, так и для студента. В конце семестра и учебного года проводится рубежный контроль – для подведения итогов освоения программы. Интегративная оценка определяется в виде суммарного результата баллов по трем диагностическим модулям.

В ходе рейтингового контроля осуществляется комплексная оценка содержания учебной и внеучебной физкультурно-спортивной деятельности студентов. Это стимулирует студентов к диверсификации используемых средств физической культуры, тем самым повышается разносторонность педагогического воздействия.

Для того чтобы охватить различные направления деятельности студентов используется модульный принцип оценки двигательной активности студентов. Напомним, что модуль (от лат. «modulies» – мера, способ) – это относительно самостоятельный, функционально ориентированный физкультурно-спортивной деятельности, имеющий собственное программно-целевое и технологическое обеспечение.

Модульный подход предусматривает свободный выбор средств, видов и организационных форм физической культуры, подбор учебных материалов и порядок их освоения, исходя из личных особенностей и предпочтений. Связанное с его использованием переосмысление преобразовательного, ценностного и коммуникативного аспектов физкультурно-спортивной деятельности студентов, позволяет рассматривать физическую культуру в вузе в новом аспекте – не только как процесс и итог культурного, телесного и духовного воспроизводства, организации и управления программой жизнедеятельности сту-

дентов, но и как целостность двигательного и ментального компонентов в единстве предметных ценностей. Его использование в рейтинговом контроле становится необходимым, когда множественность решаемых задач и разносторонность учебных материалов актуализируют дифференциацию различных сегментов физической культуры и их отработку с технологических позиций. Он выступает в качестве способа увязки целей контроля с его содержанием, когда рейтинговый контроль сегментируется на относительно самостоятельные фрагменты, которые перестраиваются по целевому признаку.

Как видим, использование модульного подхода позволяет определить эффективность учебных дисциплин, в рамках которых изучаются профилируемые кафедрой физического воспитания виды спорта, так и отдельных программ по физической культуре, к примеру, содержания оздоровительной, лечебной или профессионально-прикладной физической подготовки. Его специфика проявляется в поливариативном спектре используемых форм и видов двигательной активности студентов, обеспечивающих индивидуальный уровень сбалансированности их телесного, интеллектуального и духовного развития. Тем самым повышается адаптируемость содержания физкультурно-спортивной деятельности частным задачам обучения и индивидуальным целям. Использование модульного подхода повышает, таким образом, системность и функциональность рейтингового контроля за счет выделения инвариантных задач, генерализации и синтеза оздоровительных технологий.

С нашей точки зрения, рейтинговая оценка физического развития и подготовленности позволяет установить взаимосвязь с такими аспектами как многоуровневые и нелинейные «маршруты» физической подготовки, разработкой программ физкультурно-спортивной деятельности с учетом индивидуальных особенностей, фиксация результатов тренировки с помощью накопительных зачетных единиц (кредитов – European Transfer Credit System (ETCS)). Это способствует повышению

гибкости учебного процесса, ориентации содержания физкультурно-спортивной деятельности на потребностно-мотивационную и уровень физической подготовленности сферу студентов.

Полученные в ходе пилотажных исследований результаты использованы нами при разработке реперных критериев оценки по каждому модулю. Они позволяют оценить темпы прироста развиваемых двигательных способностей, знаний, умений и навыков студентов. Интегративная оценка определяется суммированием результата итогового контроля по каждому модулю. Успешность выполнения программного раздела детерминирована усилиями, прилагаемыми студентом для выполнения поставленной задачи, сформированностью потенциалом студента в виде базовых знаний, умений и навыков, а также деятельностью педагога по обучению студента и контролю его физкультурно-спортивной деятельности. Осуществляемые преподавателем контрольные функции выступают как системообразующий элемент учебного и внеучебного процесса.

Рейтинг-контроль проводится на всех учебных отделениях по трем модулям, включая оценку теоретической и методической подготовленности; оценку двигательной активности, а также содержание физкультурно-спортивной деятельности. Рейтинг студента определяется по сумме оценки темпов прироста физической, спортивно-технической и профессиональ-

но-прикладной подготовленности, диверсификации используемых средств физической культуры, посещаемости занятий, динамики освоения теоретических знаний, двигательных умений и навыков, а также качества физкультурной и спортивной деятельности с начислением рейтинговых баллов. Учет временного ресурса, затрачиваемого студентами на физкультурно-спортивную деятельность, осуществляется с использованием динамических рядов в описании функциональных процессов.

В соответствии с требованиями действующего на сегодняшний день государственного образовательного стандарта ВПО, в конце каждого семестра проводится зачет, а на 4-ом курсе – экзамен.

За 4-летний цикл обучения рейтинг-контроль физкультурно-спортивной деятельности студента рассчитывается по 1000-бальной шкале. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 100 баллов. Допуском к сдаче экзамена является сумма в 800 баллов за 8 семестров обучения. Если студент на протяжении всего периода обучения набрал более 750 баллов, он может быть допущен к досрочной сдаче экзамена с оценкой «хорошо».

Поскольку в отечественной системе ВПО принята 5-бальная шкала оценки результата обучения, то пересчет итоговой суммы рейтинговых баллов производится в соответствии со шкалой, приведенной в таблице 1.

Таблица 1. 5-бальной шкала итоговой рейтинговой оценки достижений студентов по дисциплине «Физическая культура»

Оценка	Интервал баллов
«не удовлетворительно»	$0 \leq R < 600$
«удовлетворительно»	$650 \leq R < 700$
«хорошо»	$750 \leq R < 800$
«отлично»	$850 \leq R < 1000$

Содержание первого диагностического модуля предусматривает оценку объема теоретических и методических знаний, а также уровня общей физической, профессионально-прикладной и спортивно-технической подготовленности. Оценка

«отлично» (30 баллов) ставится студенту при демонстрации знаний в объеме базисной программы. «Хорошо» (25 баллов) – если студент знает содержание темы лекции или методического занятия, а ответы на вопросы правильны, но недостаточно

полны и изложены с незначительными ошибками. «Удовлетворительно» (10 баллов) – если ответы в целом верны, но изложены не полностью или с ошибками. «Неудовлетворительно» – 1 балл.

Экзамен проводится на 4-ом курсе и предусматривает оценку теоретических и методических знаний. Экзаменационный билет включает три вопроса (два теоретических и один методический). Ответы оцениваются также по 5-бальной шкале: «отлично» (200 баллов), «хорошо» (150 баллов), «удовлетворительно» (100 баллов), «не удовлетворительно» (10 баллов).

Уровень методической подготовленности целесообразно определять в ходе письменного или устного опроса на одном из последних занятий семестра. На оценку «отлично» (20 баллов) нужно уверенно выполнить задание без ошибок, а также правильно ответить на теоретические вопросы. «Хорошо» (10 баллов) – если задание выполнено в целом правильно, без ошибок. При не выполнении задания ставится оценка «не удовлетворительно» (1 балл).

Рейтинг-контроль физической подготовленности определяется в результате тестирования на всех учебных отделениях. Уровень технической подготовленности оценивается: «отлично» – если упражнение выполнено методически правильно, легко и уверенно, допущены незначительные ошибки; «хорошо» – если упражнение выполнено уверенно, но были допущены незначительные ошибки, к примеру, если демонстрируется недостаточная амплитуда движения; «удовлетворительно» – если упражнение выполнено, но были допущены значительные ошибки; «неудовлетворительно» – если упражнение не выполнено или искажено.

В случае заболевания студентов и связанных с ним затруднений в выполнении контрольных тестов, а также для студентов специального медицинского отделения, находящихся в компенсационной фазе заболевания, предлагаются альтернативные формы контроля. Эти студенты оцениваются по результатам текущих оце-

нок за семестр, в результате устного опроса, или тематических рефератов. Рефераты оцениваются по 5-бальной системе с присвоением баллов аналогично первому разделу этого модуля.

В семестре студенты выполняют не более 5 тестов, включая три обязательных теста по физической подготовленности. Результат тестирования оценивается баллом и заносится в специальный бланк [13]. Общая оценка за семестр по разделам общей, специальной и профессионально-прикладной физической подготовки определяется средним арифметическим значением по результатам выполнения всех тестов (при условии выполнения каждого из них не ниже, чем на один балл). Оценка «отлично» – 35 баллов; «хорошо» – 30 баллов; «удовлетворительно» – 25 баллов; «не удовлетворительно» – 15 баллов.

В ходе рейтингового контроля проводятся и штрафные санкции. К примеру, передача двигательного теста предусматривает вычитание 2-х баллов от оценки, характеризующей физическую подготовленность. При передаче теоретических и методических тестов – вычитание 3-х баллов. А в случае передачи экзамена – минус 50 баллов. Двигательная активность студентов оценивается по уровню посещаемости практических занятий: 100% – 40 баллов; 75% – 30 баллов; 50% – 20 баллов; 25% – 10 баллов. Дополнительно оценивается посещаемость факультативных или элективных курсов: 100% – 30 баллов; 75% – 20 баллов; 50% – 15 баллов; 25% – 10 баллов. В качестве бонуса дается 5 баллов для студентов, не пропустивших ни одного практического занятия. Максимальный балл по каждому модулю определяется с учетом его значимости.

Индивидуальный рейтинг по первому и второму модулям определяется по таблице 2.

Третий модуль характеризует содержание физкультурно-спортивной деятельности студентов. Он оказывает стимулирующее воздействие на развитие спортивно-массовой работы в вузе (табл. 3).



Таблица 2. Оценка физкультурно-спортивной деятельности студентов по первому и второму модулям

Диагностический модуль		Оценка			
		отлично	хорошо	удовлетв.	неудовл.
Модуль 1. Мониторинг усвоения учебного материала (баллы)					
Оценка усвоения программного материала	Теоретическая подготовленность	20	15	10	1
	Физическая подготовленность	35	30	25	15
Модуль 2. Мониторинг двигательной активности					
Оценка посещаемости практических занятий		40 (+5) <sup>1</sup>	30	20	10
Итого за семестр		95 – 100	75	55	30
Оценка посещаемости факультативных или элективных курсов		30	20	15	10
Всего		125 -130	95	70	40

<sup>1</sup> Примечание: 5 баллов начисляется при 100%-ной посещаемости занятий.

Таблица 3. Оценка физкультурно-спортивной деятельности студентов

Содержание физкультурно-спортивной деятельности	Оценка (баллы)
1. Спортивная работа:	
1.1. Систематические занятия видом спорта	10
1.2. Создание секции по виду спорта	10
1.3. Занятое место на соревнованиях:	
на всероссийских универсиадах: 1, 2, 3, 4, 5, 6	50, 45, 30, 20, 15, 10
на чемпионате города: 1, 2, 3, 4, 5, 6	30, 25, 20, 15, 10, 5
на чемпионате вузов: 1, 2, 3	20, 15, 10
на первенстве университета: 1, 2, 3	10, 7, 5
2. Участие в соревнованиях в качестве участника или судьи:	
на первенстве учебной группы	2
на первенстве курса	3
на первенстве университета	5
на чемпионате города среди студентов	7
участие в студенческой универсиаде	10
3. Работа в качестве волонтера	10
4. Научная работа	
4.1. Участие в работе СНО	10
4.2. Подготовка научного реферата,	5
4.3. Доклад на научной конференции	5
4.4. Подготовка учебно-наглядных пособий	5
5. Инструкторская деятельность	
5.1. Подготовка и проведение части практического занятия с оценкой:	

«отлично»	5
«хорошо»	3
«удовлетворительно»	1

Индивидуальный рейтинг студента за семестр определяется суммированием баллов по трем модулям и заносится в рейтинговую карту – своего рода «Паспорт физического развития, подготовленности и здоровья».

Рейтинговым контролем предусматривается порядок и условия определения и поощрения наиболее успешных студентов. Для этого в конце учебного года по уровню достижений определяются 6 наиболее активных студентов четвертого курса – 3 девушки и 3 юноши. Они награждаются спортивной экипировкой, бесплатными абонементом в фитнес-центр, а также грамотами кафедры физического воспитания.

Рейтинговый контроль предусматривает, таким образом, индивидуальный выбор средств, видов и организационных форм физкультурно-спортивной деятельности, их диверсификацию при наборе баллов, необходимых для получения зачета. Здесь проявляется нелинейный характер преобразования двигательного потенциала студентов. Нелинейность в наиболее общем научном смысле означает многовариантность путей развития, наличие выбора из альтернатив векторов и определенного темпа развития, а также необратимость эволюционных процессов.

Используемые здесь виды физкультурно-спортивной деятельности (*homo educandus*), проявляя свойства биосоциального и духовного инструментария интериоризации ценностей физической культуры, синтезируют культурологические и экзистенциальные основы содержания и здоровьесберегающей направленности двигательной активности студентов, сочетающих три вектора формирующего воздействия – социальный, физический и духовный.

Результатом физкультурно-спортивной деятельности является индивидуально ориентированный уровень сбалансированности человеческой телесности, менталь-

ности и духовности. Диверсификация используемых средств физической культуры достигается в разработке инновационного содержания рекреативно-оздоровительных и спортивных программ, учитывающих потребностно-мотивационную сферу, уровень интеллектуального, телесного и духовного развития студентов.

По результатам проведенного исследования определен алгоритм и сформулированы требования, предъявляемые к проведению рейтингового контроля:

- в его основе заложен учет и последующий анализ всех видов учебной и внеучебной физкультурно-спортивной деятельности студентов;

- он включает следующие этапы: планирование учебного процесса, сегментацию его по видам физкультурно-спортивной деятельности;

- выбор форм контроля, формализацию регистрируемых параметров, а также системы подсчета рейтинговых баллов;

- коррекцию содержания учебного процесса на отделениях;

- оценка различных видов физкультурно-спортивной деятельности студентов предусматривает использование разных форм контроля – тестирования, самооценки, опроса, собеседования и пр.;

- определение рейтингового балла по видам физкультурно-спортивной деятельности учитывает уровень физического развития и подготовленности студентов, резервирует поощрительные баллы за высокие темпы прироста физической подготовленности и активность студентов, включает штрафные санкции за не выполнение программных требований [14].

Достигаемая при использовании рейтингового контроля технологизация в широком смысле – это организация сбалансированной по организационным, материальным, информационным и кадровым ресурсам, эффективно развивающейся системы физической культуры, отвечающей современным запросам студенческой мо-

лодежи. Она охватывает всю совокупность процессов формирования высоких физических кондиций, с помощью которых реализуется целостность обучения и спортивной тренировки, регулирующих операционный состав двигательной деятельности студентов, ее структуру и развитие.

Гармонизация содержания физкультурно-спортивной деятельности студентов под воздействием рейтингового контроля прослеживаются по важнейшим системообразующим признакам, включая:

- преодоление унификации содержания физического воспитания путем диверсификации физкультурно-спортивной практики, использования дистантных обучающих программ, обеспечивающих трансфер информационных ресурсов;

- соответствие физических нагрузок онтогенетическим, морфофункциональным и психофизическим особенностям студентов при формировании спортивно ориентированных стереотипов поведения студентов;

- качественную однородность и гибкость учебно-воспитательного процесса, развитие в вузах.

**Заключение.** Рассмотрение перспектив интеграции рейтингового контроля в физическую культуру дают основания для определенного оптимизма на модернизацию управления физической подготовкой студентов. Обсуждаемый в статье подход, безусловно имеет глубокий методологический смысл, придавая содержанию учебного процесса принципиально новые стимулы формирования здоровья и физического развития студенческой молодежи.

Рост научного и практического интереса к рейтинговому контролю ставит задачи более высокого уровня – мониторинга всех изменений физкультурно-спортивной деятельности студентов, педагогически целесообразного управления инновационными изменениями и развитием. Но в рамках задачи оптимизации управления физической подготовкой представляет интерес не столько отдельные сегменты физкультурно-спортивной деятельности студентов, сколько синергетический результат – высокий уровень физи-

ческих кондиций, здоровье и работоспособность студенческой молодежи.

Методология инновационного управления физической подготовкой на основе рейтингового контроля позволяет сформировать управленческую модель, обладающую прогнозным результатом в отношении диверсификации их физкультурно-спортивной деятельности. Инновационность функций рейтингового контроля проявляется в том, что он обеспечивает сквозную целевую направленность физического воспитания на основе адресных педагогических воздействий на потребностно-мотивационную, двигательную и функциональную системы студентов. Достижимая при его использовании предметно-центрированная направленность учебного процесса, обеспечивает повышение качества учебного процесса за счет дифференциации программ физического воспитания подготовительного, основного, специального учебного отделения и отделения спортивного совершенствования, имеющих точно заданные цели, достаточное методическое обеспечение.

Функции рейтингового контроля реализуются в оптимизации процессов планирования, координации учебной работы на кафедре, системной дифференциации и интеграции рабочих планов; технологизации учебного процесса, реализации плано-аналитического управления по объектам, направлениям и уровням программирования. Его использование связано с организацией непрерывности управления – непрерывности на стыках отдельных процессов, при их комбинации и взаимодействии в результате объединения всех процессов организации в единую систему управления. Внесение своевременных корректив в программу двигательной активности студентов на основе информации, получаемой при рубежном рейтинговом контроле, оказывает гармонизирующее воздействие на уровень их физического развития. Повышение физической работоспособности достигается при этом без какого либо перенапряжения функций организма. Минимизация педагогических и организационных ошибок при его использо-

вании обусловлена возможностью гибкого воздействия на лимитирующие факторы подготовленности студентов.

Установлено, что использование рейтингового контроля имеет как прямые, благоприятные последствия для физического развития студентов (к примеру, более эффективное использование междисциплинарных форм физкультурно-спортивной деятельности, снижение рисков неоправданных потерь учебного времени, затрат ресурсов), так и косвенные, связанные с пролонгированной нацеленностью физкультурно-спортивной деятельности на достижение гармонии телесного и духовного развития. Интеграция рейтингового контроля в физическую культуру обеспечивает: повышение качества физической подготовки студентов, структурную целостность и гибкость учебного процесса; более эффективное использование имеющихся ресурсов; повышение развивающей направленности физической подготовки студентов с учетом их потребностей и индивидуальных особенностей.

Его достоинством является универсальность, позволяющая использовать рейтинговый контроль при выборе обязательных, элективных или частично форм физической культуры, при обосновании специальных программ по лечебной физической культуре, профессионально-прикладной физической подготовке.

Системный формат осмысления проблемы использования рейтингового контроля в вузе, безусловно, позволит более полно задействовать потенциал кафедры физического воспитания.

### **Литература:**

1. Алексеев А.А. Теория инновационного развития: Монография. – СПб.: СЗТУ, 2004. – 118 с.
2. Ковалев Р.Д. Основы инновационного менеджмента: Учебник для вузов / Под ред. В.А. Швандара. – М.: ЮНИТИ-Дана, 1999. – 160 с.
3. Варенова Л.И., Куклин В.Ж., Наводнов В.Г. Рейтинговая интенсивная технология модульного обучения. – М.: Б.и., 1993. – 67 с.
4. Бордовский Г.А., Нестеров А.А., Трапицын С.Ю. Управление качеством образовательного процесса: Монография. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2001. – 360 с.
5. Marsden P. Brand positioning: Meme's the Word. *Marketing Intelligence & Planning*, 2003. – Vol. 20. – Issue 5. – P. 307-312.
6. Иванов В.В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 256 с.
7. Костюченко В.Ф., Войнар Ю., Наварецки Д. Интеграция образовательных маршрутов – веление времени // *Вопросы физического воспитания студентов: Межвузовский сборник*. – СПб.: Изд-во С.-Петербурга. Ун-та, 2006. – С. 23-24.
8. Волков В.Ю. Организация и контроль в реабилитации здоровья студентов: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во СПбГТУ, 1996. – 89 с.
9. Шилов В.Д., Андрющенко Р.С. Рейтинговая система оценки достижений студентов в учебном процессе // *Квалиметрия человека и образования. Методология и практика* / Под ред. А.И. Субетто и Н.А. Селезневой. – М.: Б.и., 1993. – С. 31-37.
10. Батура М.П., Ломако А.В., Шилин Л.Ю. Рейтинговая система обучения на базе современных компьютерных технологий: Методическое пособие. – Минск: БГУИР, 1994. – 55 с.
11. Виноградов П.А. Рейтинговый контроль качества физкультурного образования студентов в технологическом вузе: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. – М.: Московский гос. пед. ун-т им. М.А. Шолохова, 2006. – 20 с.
12. Широбоков Д.В. Влияние рейтинг-контроля физкультурно-спортивной деятельности на физическую подготовленность студентов // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. – 2009. – №2 (48). – С. 96-100.
13. Подгорный Г.П., Подгорная Г.П. Рейтинговая система оценки студентов в специальных медицинских группах // *Проблемы физической культуры и спорта в высших учебных заведениях: материалы*

первой Межрегиональной конференции. – Ростов на Дону: РГУ, 2001. – С. 58-59.

14. Яковлева М.Ю., Каралаш И.А. Результаты применения рейтинг-контроля в университете и перспективы его развития // Сборник науч. трудов / Под ред. Г.Ю. Резниченко. – М.: Прогресс – традиция, 1999. – С. 139-143.

## ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПОСТРОЕНИЯ ГУМАНИТАРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАНИИ

---

А.Е. Митин, С.О. Филиппова, Е.А. Митин

Изучение предыстории гуманитарных технологий показало, что их упрощенные варианты, связанные с технологическим использованием гуманитарного знания для решения различных задач существовали задолго до XX века. Следует отметить, что в том виде, в котором гуманитарные технологии обсуждаются в данном исследовании, они были созданы для использования в политических целях. Поясняя идею своей работы, В. Грановский, В. Осипов, М. Карижский (1998) указывали, что они представляют совокупность технологий влияния, которые называются гуманитарными технологиями. Они акцентировали внимание на том, что это технологии *мягкого человеческого влияния*, в отличие от грубых средств принуждения и насилия. По мнению авторов, можно осуществлять воздействие на человека, основываясь на построении привлекательной перспективы. Таким образом, создаются положительные жизненные стратегии, приводящие к успеху.

В интервью для «Учительской газеты» Г.А. Бордовский, ректор Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, так охарактеризовал потребность в разработке и применения гуманитарных технологий: «Сегодня уже никого не надо убеждать, что главные проблемы развития нашего государства лежат не в материальной, а в духовной сфере. Сложнейшие проблемы восстановления духовно-нравственного здоровья нашего общества не могут быть решены на базе сложившихся в советское время методов воспитания. Все, кто этим озабочен, начиная со школьного учителя и до директора фирмы должны получить в помощь новые высокие технологии работы с людьми, основанные на современ-

ных достижениях педагогики, психологии, философии, науки управления, развития информационной сферы» (Н. Алексютина, 2008).

Безусловно, так или иначе, элементы гуманитарных технологий всегда присутствовали в процессе обучения и воспитания. Обучение и воспитание в сущности своей представляет управление учителем поведением ребенка с целью достижения поставленных педагогических задач.

В то же время, как указывает В. Мацкевич (2001), то, что раньше решалось традиционно, и в этом смысле - не всегда было отрефлектировано, не всегда представлено в мышлении, осознано, теперь технологизируется и в этом смысле просто требует осознания – мыслительной проработки, анализа.

Именно это, по мнению Н.А. Кузнецовой (2006), происходит сегодня в педагогике. Она отмечает: «Сама идея гуманитарных технологий – это попытка разобраться в процессах, формирующих наше профессиональное сознание, понять – откуда мы знаем, что надо действовать так или иначе, проанализировать ту информацию и знания, которыми мы пользуемся для принятия решений».

Так что же такое гуманитарные технологии? Прежде чем ответить на этот вопрос, необходимо обратить внимание на следующее: гуманитарные технологии пришли не на «пустое место» в деятельности человека. Они появились там, где результат деятельности по какой-то причине не устраивал, а возможность улучшения результата при использовании традиционных для этой деятельности технологий (политических, педагогических и т.п.) уже была исчерпана. Именно направленностью на использо-

вание дополнительного «человеческого» ресурса можно объяснить, по нашему мнению, эффект применения гуманитарных технологий.

Такое понимание эффекта от применения гуманитарных технологий позволило в наших предыдущих исследованиях (Е.А. Митин, С.О. Филиппова, А.Е. Митин, 2008), выдвинуть *идею*, заключающуюся в том, что гуманитарные технологии являются по своей сути *технологиями повышения эффективности деятельности*, за счет использования ресурсов, связанных с гуманитарными знаниями о личности (интересов, потребностей, мотивов).

В качестве аргумента, подтверждающего эту идею, приведем слова Альберта Гора (1999) о том, что в дополнение к орудиям труда и устройствам следует включить в понятие «технология» также системы и методы организации, которые увеличивают нашу возможность навязывать миру свою волю. Он отмечает: «Любой набор процессов, способствующий расширению наших возможностей и облегчающих выполнение определенных задач, можно считать технологией».

Именно *«расширение возможностей»* целесообразно соотносить с идеей повышения эффективности как основной характеристики гуманитарных технологий.

Так или иначе, мысль о повышении эффективности как цели гуманитарных технологий встречается и у других авторов. Например, А.С. Роботова (2008), рассуждая о сложности практического воплощения гуманитарных технологий, отмечает, что «Способам решения гуманитарных проблем предшествует их исследование, задачное проектирование, оценка полученных результатов, трансформация в гуманитарные сферы новых образовательных, поведенческих, коммуникативных, организационных и других действий. А что значит *новых*? Рациональных и более

экономных? Действий и процедур, дающих более эффективный результат - в чём? Действий, предупреждающих ошибки?»

Таким образом, определившись с пониманием *основной идеи* применения гуманитарных технологий, необходимо решить вопрос с самой «технологичностью». А именно, ответить на вопросы:

1. Что представляют собой гуманитарные технологии?
2. Какими особенностями обладают гуманитарные технологии?
3. Как построить гуманитарную технологию?
4. Каким образом обеспечить безопасность использования гуманитарных технологий?
5. Как оценить эффективность гуманитарных технологий?

Отвечая на эти вопросы, на основании изучения научно-методической литературы, *мы выделили положения, принципиально важные для нашего исследования*. В анализе представлены идеи различных авторов, занимавшихся проблемой гуманитарных технологий (в использованных ссылках курсив наш), которые позволили сформировать авторскую позицию относительно рассматриваемого вопроса.

### **1. Что представляют собой гуманитарные технологии?**

С. Зуев (2003) отмечает, что идеей применения гуманитарных технологий является возможность отдельному человеку или группе людей не просто знать что-то о мире, *а уметь превратить это знание в виды и формы деятельности, которыми они, люди, могут сами управлять*.

О.И. Генисаретский (1998) обращает внимание на то, что открытие зависимости человека от какого либо фактора составляет предпосылку того, что затем строятся модели, из некоторого опыта возникает технология. По его мнению, оперирование знаковыми

структурами и условиями дает возможность *так выстраивать знаковые среды, что человек будет вести себя определенным образом*, мыслить определенным образом и чувствовать определенным образом.

В этой связи, целесообразно говорить о механизме влияния. По мнению С. Преслегина (2008) для этого *выявляется тот идентификатор, «который для личности важнее всего на свете»*. Об этом же свидетельствуют и работы психологов (В.П. Шейнов, 2007 и др.)

**Первое положение:** гуманитарные технологии в своей основе предполагают использования гуманитарных знаний с целью влияния на поведение человека.

## 2. Какими особенностями обладают гуманитарные технологии?

А. Левенчук (2004), ссылаясь на то, что гуманитарные технологии применяются в работе с людьми, обращает внимание на то, что если человек владеет гуманитарными технологиями, то они *будут работать одинаково, в какой бы отрасли он их ни применял*. По его образному выражению: «Если ты умеешь писать – неважно, какие тексты ты пишешь, потому что ты владеешь технологией письма».

**Второе положение:** язык гуманитарных технологий не зависит от областей их применения.

Кроме этого, сегодня, по мнению П.Г. Щедровицкого (2001), все более сложной оказывается разработка концепции, которая сумеет быть действенной, по оказанию влияния на человека в процессе принятия его решений в связи с ростом числа людей, получивших высшее образование, пользующихся глобальными информационными технологиями.

**Третье положение:** при построении гуманитарных технологий необходимо учитывать, что объект постоянно развивается.

Рассматривая основные особенности гуманитарных технологий, исследователи приходят к следующим заключениям. Гуманитарные технологии, как правило, *эсклюзивны*, т.е. разрабатываются *под конкретный* проблемный блок или *проект* (А.В. Курочкин, 2006). Гуманитарные технологии *нельзя поставить на конвейер*, приспособить для получения типового и стандартного результата (С. Преслегин, 2006). Гуманитарные технологии отличает существование, наряду с наличием алгоритмизацией коммуникативного действия, *возможности импровизационного* характера их применения (С.М. Елисеев, 2001).

В. Грановский, В. Осипов, М. Карижский (1998) акцентируют внимание на том, что использование интеллектуальных инструментов в построении гуманитарных технологий позволяет найти тонкое, эффективное решение, что демонстрирует их очевидное превосходство. Интеллект оказывается впереди простого профессионализма, ибо профессионализм действует стереотипами и шаблонами, в то время как интеллект всегда предлагает *уникальное решение, творческий продукт*.

**Четвертое положение:** основными особенностями гуманитарных технологий является эксклюзивность и творческий характер построения.

## 3. Как построить гуманитарную технологию?

Разработка каждой технологии *нуждается в огромном объеме информации*, специальном её отборе, использовании результатов новейших научных исследований (В.В. Горшкова, 1999).

Данный посыл позволил С. Крупник (2003) констатировать, что гуманитарные технологии являются *наукоемкими*. Они проектируются с использованием комплексного знания: гуманитарного и естественнонаучного.

**Пятое положение:** для разработки и реализации гуманитарных технологий требуются привлечение на-



**учно-методических, человеческих (личностных) и материально-технических ресурсов.**

Л.В. Сморгун (2001) отмечает, что гуманитарные технологии используются для конструирования событий, которые играют важную роль в жизни человека, так как являются его потребностью, т.е., есть события, которые *специально создаются человеком в общении с другими людьми.*

Таким образом, в гуманитарной технологии *преднамеренно конструируются субъект-субъектные отношения*, которые позволяют прийти к «состояниям», в которых участники взаимодействия смогут услышать, понять смыслы друг друга, выработать доступный язык общения (В.В. Горшкова, 1999).

Одним из важных тезисов, выдвинутых В. Грановским, В. Осиповым, М. Карижским (1998), является тезис о «пространстве перспективы». По их мнению, управление поведением - это работа на опережение в условиях конкуренции инициатив. «Поведение следует за инициативой в пространстве перспективы, и делает это тем легче и свободнее, чем более перспективным ощущает это следование и приносимые им выгоды и преимущества... Инициатива как опережение создает перенос ситуации в некоторое виртуальное измерение, где сама доступность знания о перспективе, в направлении которой двигается ситуация, сообщает всем усилиям по ее изменению невероятную мощь. Поэтому войну инициатив выигрывает тот, кто предложит инициативу, всего ближе находящуюся к перспективе».

**Шестое положение:** в гуманитарных технологиях необходимо конструирование такой ситуации, при которой выбор человека происходит естественно, внутри самого пространства перспективы, а действия управ-

**ляемого могут варьироваться и выбираться им самостоятельно.**

Выработка стратегии есть создание перспективы. В. Грановский, В. Осипов, М. Карижский (1998) отмечают, что перспектива же никогда не существует в виде отдаленной перспективы. Перспектива всегда должна быть этапирована и распределена на периоды.

Рассматривая схему осуществления гуманитарной технологии «работы с будущим» С.Б. Савелова (1999) обращает внимание, на то, что после анализа существующей ситуации и определения желаемого направления ее развития, необходимо произвести анализ методов и средств предстоящей работы, а при наличии дефицита озаботиться разработкой недостающих. А затем: а) наметить ту или иную стратегию планируемых преобразований (с учетом всех выявленных ранее обстоятельств); б) продумать возможные последствия своих действий и возможные ответные действия представителей других позиций, чьи интересы, так или иначе, затрагиваются намеченными преобразованиями.

**Седьмое положение:** основным для применения гуманитарных технологий является определение ресурса, за счет которого будет достигаться желаемый результат на каждом этапе, и возможности его использования.

#### **4. Каким образом обеспечить безопасность использования гуманитарных технологий?**

Нам представляется исключительно важным тезис, представленный в работе В. Грановского и С. Дацюка (1999) о том, что *гуманное и гуманитарное - два принципиально разных качества, два разных содержания, иногда ошибочно отождествляемые.* Гуманитарное содержание предполагает тонкие (негрубые) инструменты, которые могут быть использованы как в целях насилия, так и в целях мирных. Содержание гуманности происходит из представления о самоценности каждой человеческой жиз-

ни и каждого индивидуального смысла жизни.

На основании вышесказанного, встает вопрос о безопасности использования гуманитарных технологий. На то, что такая опасность существует, указывают многие исследователи.

Так, С. Преслегин (2008) указывает, что: «в случае если выявить тот идентификатор, который для личности важнее всего на свете, - а он практически постоянно один, - то можно получить *очень большую власть над человеком*».

В этой связи, В. Грановский, В. Осипов, М. Карижский (1998), одним из принципиальных положений выделяют идею *об этическом подходе* в отношении к инструментам влияния в качестве гуманитарных технологий. Так как хорошо организованное, можно сказать «технологизированное» влияние на людей тоже является оружием.

В. Мацкевич (2001) делает акцент на том, что *человек*, включенный в сферу применения гуманитарных технологий, представляет собой *не материал для технологической работы*, а самоценную действительность.

**Восьмое положение: применение гуманитарных технологий само по себе не гарантирует, что влияние на человека будет положительным.**

В то же время, необходимо заметить, что ряд авторов связывают опасность с самими технологиями, и в этой связи, пытаются указать на различие в содержании гуманитарных технологий и манипуляции поведением человека, декларируя это тезисами: «открытость целей», «для пользы» и т.п.

Нам представляется *принципиально неверным* такой подход, так как в нем смещены акценты со средств на цель. Технологии, как средства, не могут быть «хорошими» или «плохими». Они лишь обслуживают поставленную человеком цель.

Б.Г. Юдин (2007) обращает внимание на то, что гуманитарные технологии

- *это всего лишь средства*, пусть и весьма мощные, человеческой деятельности. А это значит, что использование гуманитарных технологий в целях манипуляции сознанием и поведением людей вовсе не является неизбежным.

В связи с вышесказанным, целесообразно привести рассуждения М.Е. Бершадского (2002), о том, что технология определяет лишь способ движения к цели, *но не саму цель*.

**Девятое положение: положительное или отрицательное влияние определяют не сами гуманитарные технологии, а человек, который использует их для достижения своих целей.**

В свете рассматриваемой проблемы нам представляется исключительно важным положение, представленное в работе Л.В. Никифоровой (2008). Она пишет: «Умение манипулировать людьми появилось, конечно, не вчера и не вчера стало действенным средством добиваться власти. Природа этих умений или способностей может быть отчасти интуитивной, но в современном обществе она вооружена новейшими достижениями гуманитарных наук. Именно в этом смысле можно говорить о том, что на смену социальным технологиям, адресованным массовому обществу индустриальной эпохи, пришли гуманитарные технологии постиндустриальной эры».

Рассматривая привлекательность для человека идеи влияния на другого, Е.В. Сидоренко (1997) отмечает, что это происходит по нескольким причинам. Во многих случаях человек пытается убедить других людей в чем-либо или склонить их к определенной линии поведения потому, что это отвечает его собственным интересам. Другая человеческая потребность - стремление экономить собственные усилия, которое внешне выражается как сопротивление новому. Энергетически гораздо легче отстаивать собственную точку зрения,

чем дать себе труд прислушаться к чужому мнению и усвоить его.

Анализируя причину эффективности гуманитарных технологий, Л.В. Никифорова (2008) ссылается на исследования Э. Тоффлера, который обсуждает идею о знании как ресурсе власти над человеком. Э. Тоффлер отмечает: «Зачастую знания можно использовать так, чтобы другие люди были вынуждены действовать желательным для вас способом, а не в собственных интересах. Знания дают власть высочайшего качества».

Далее у Э. Тоффлера высказывается мысль, которая, по нашему мнению является основной в концепции гуманитарных технологий: «Знания часто могут использоваться для того, чтобы заставить другую сторону *полюбить* вашу последовательность операций при выполнении действия. Они могут даже убедить человека в том, что он сам придумал эту последовательность».

«Обладателю особого качества знания - пишет Э. Тоффлер - не нужно прямое или «жесткое насилие», не нужны деньги. Точнее он получает доступ и к тому, и к другому, пуская в ход «мягкое рабство» интеллектуальных технологий».

То есть все то, о чем, по сути, говорили те исследователи, которые ввели это понятие в нашей стране (П. Щедровицкий, Е. Островский, В. Грановский, В. Осипов, М. Карижский и др.) – «мягкое» влияние на поведение человека, побуждение его к выполнению того или иного действия так, чтобы он сам этого захотел.

**Десятое положение: человеку присуща потребность оказывать влияние на других.**

В.Л. Иноземцев (1999) обращает внимание на то, что *не все люди могут в одинаковой степени эффективно воспользоваться теми знаниями*, доступ к которым открыт перед ними. «Граница пролегла уже не между лицами, имею-

щими высшее образование и не имеющими его, а между получившими образование (сколь угодно совершенное) и проявившими некие специфические качества».

На это же указывает и В.В. Горшкова (1999). По ее мнению, гуманитарные технологии - *особый вид профессиональной деятельности*. Овладение ими доступно людям, обладающим незаурядными личностными и деловыми качествами, имеющим жизненный опыт, прошедшим специальную подготовку. Обращение к гуманитарным технологиям правомерно для тех, кто испытывает потребность в общении с людьми, обладает развитой интуицией, коммуникбельностью и эмпатией.

**Одиннадцатое положение: для успешного овладения гуманитарными технологиями необходимо не только усвоение знаний, но и проявление определенных личностных качеств.**

Все это приводит нас к необходимости обсуждения использования гуманитарных технологий в профессиональной подготовке педагогов.

Так, Л.В. Никифорова (2008) свидетельствует, что в свободном рыночном обществе приоритет личных целей над всеми остальными является системообразующим процессом, а умение соотносить личную выгоду с интересами общества - частным случаем. Это, по мнению автора, ставит много сложных вопросов при решении задачи разработки гуманитарных технологий и вооружении ими выпускников педагогического университета.

На актуальность этой проблемы указывает и С.А. Гончаров (2008). Он отмечает: «Необходимо понять, что отличает гуманитарного технолога, помимо этики профессионального действия, от любого другого «технологаманипулятора», *ведь и гуманитарный технолог опирается на манипулятивные техники и приемы*. Да и с самой «про-

фессиональной этикой» гуманитарного технолога не все так просто. Она должна основываться не на абстрактном лозунге «не навреди!», а на конкретном и адекватном современности понимании человека как ценностного сознания, которое формируется в системе многомерных коммуникаций с постоянно изменяющейся жизненной средой».

В этой связи правомерно возникает вопрос: «Если это настолько опасно, зачем же проводить исследования в этой области, совершенствовать гуманитарные технологии и вооружать ими людей?».

Отвечая на этот вопрос, можно привести образное выражение О.И. Генисаретского (1998), который акцентирует внимание на следующем: «Если ружье висит, то оно рано или поздно должно выстрелить. *Все возможности, если они открыты будут когда-нибудь кем-то использованы*, так уж подло устроена природа человека, что непременно кто-нибудь воспользуется».

Поэтому, защититься от вероятных манипуляций можно, как справедливо отмечает В.В. Комаров [14], только выработав свою позицию, свое собственное, индивидуальное видение мира, что *требует от человека труда* – и именно труда освоения современных методов мышления, совершенно особых в эпоху гуманитарных технологий.

**Двенадцатое положение: необходима работа по формированию личности будущих педагогов, их мотивов, потребностей, целевых установок, которые обеспечат гуманизацию применения гуманитарных технологий в своей профессиональной деятельности.**

В связи с вышесказанным, помимо «гуманитарного» встает и «технологический» вопрос *о предупреждении* возможных рисков применения гуманитарных технологий.

В этой связи, В.В. Горшкова (1999) отмечает, что ошибки на теоретическом

уровне необходимо свести до минимума, чтобы не нанести ущерба *здоровью или личному достоинству* людей. Для этого необходимо при их разработке многократное логическое осмысление по схеме «концепция - гипотеза - версия - вариант».

Следует отметить, что сегодня созданы специальные средства для выявления и оценки риска, с которым может быть сопряжено распространение той или иной новой технологии. Одним из них является *гуманитарная экспертиза*.

Г.Л. Тульчинский (2006) указывает, что гуманитарная экспертиза оценивает любую деятельность с точки зрения ее последствий для человека – как целого (социум) и как индивида. Б.Г. Юдин (2007) обращает особое внимание на то, что в задачи гуманитарной экспертизы входит выявление и оценка *как позитивных эффектов* новых технологий - включая и то, в какой мере и в каких направлениях они способствуют расширению человеческих возможностей, - так и возможных *негативных последствий* их применения.

Необходимо обратить внимание на то, что *введение новой педагогической технологии также всегда предполагало доказательства не только ее эффективности, но и ее безопасности* для обучающихся (хотя это требование не всегда выполняется, даже в научных работах).

**Тринадцатое положение: в разработке гуманитарных технологий необходимо учитывать возможные риски при их дальнейшем использовании.**

## **5. Как оценить эффективность гуманитарных технологий?**

Оценка эффективности гуманитарных технологий также была предметом размышлений ряда исследователей. Хотя ими не представлены конкретные рекомендации по самому процессу оценки, тем не менее, выделены некоторые особенности. Они, в первую очередь,

связаны с характеристикой самого объекта гуманитарных технологий – человека.

Так, В.В. Горшкова (1999), рассматривая противоречивость и уникальность объекта гуманитарных технологий, обращает внимание на то, что гуманитарные технологии имеют *низкий коэффициент гарантированности достижения замысла*. Продолжая ее мысль, А. Чумиков (2006) указывает, что гуманитарные технологии действуют в пространстве, подверженном влиянию многих факторов, поэтому выводы о результатах их применения во многом условны.

Следует отметить, что гуманитарная информация трудоемка для технологической обработки, как по содержанию, так и по форме. С. Крупник (2001), обращает внимание на то, что в гуманитарных технологиях материальные (вещественные) характеристики являются характеристиками продуктов и представляются как производные, полученные в результате гуманитарной деятельности, к которой невозможно применить вещественную мерность. Это приводит к тому, что причинно-следственные связи в гуманитарных технологиях являются неявно выраженными. В связи с вышесказанным, *оценка эффективности гуманитарных технологий представляет значительную трудность*.

В то же время, по мнению И.И. Ашмарина, Б.Г. Юдина (1997), гуманитарная экспертиза может осуществляться на основе оценки ресурсов, требующихся для реализации гуманитарной технологии, а именно: а) идей, концептов и т.п. и их перевод в разряд деятельностных целей и задач, программ и проектов; б) людей, способных разрабатывать и реализовывать развивающие проекты и программы; в) финансов и требуемой материальной базы.

**Четырнадцатое положение:** в связи с тем, что гуманитарные техно-

**логии разрабатываются каждый раз заново под конкретную педагогическую задачу, оценка их не может быть универсальной – одной на все; должна проводиться оценка каждой конкретной гуманитарной технологии.**

И, наконец, – один из самых часто возникающих вопросов: «Если гуманитарные технологии связаны с влиянием на человека, как ориентироваться в этом «море» технологий и как отличить «собственно» гуманитарные технологии от других, имеющих отношение к человеку (педагогических технологий, психотехник и т.п.)?»

Вернемся к исходному определению. Цель гуманитарных технологий – повышение эффективности деятельности человека. В то время как цель иных технологий – результат самой деятельности. Обучающие технологии ставят своей целью – обучение, воспитательные – воспитание, технологии спортивной тренировки – спортивный результат и т.п. Все эти технологии существуют на основе своих закономерностей (обучения, воспитания и т.д.). Они могут реализовываться и без гуманитарных технологий – сами по себе, как это и было раньше. Использование отдельных общих приемов (или инструментов), которые используются и в гуманитарных технологиях (например, невербальные компоненты общения) не превращают их в гуманитарные технологии. Но если педагог приходит к выводу, что ресурс самой этой технологии исчерпан, он может повысить эффективность исходной технологии, используя ресурсы личности самих обучающихся. Но не стихийно, а на основе анализа всех имеющихся факторов. И построить научно-обоснованную систему влияний (создав среду, сконструировав общение, опираясь на интересы занимающихся и используя свои способности воздействия). Тогда эта выстроенная система и будет **ГУМАНИТАРНОЙ ТЕХНОЛОГИЕЙ**.

В то же время, анализ научно-методической литературы показал, что значительное число авторов, особенно в области образования, смешивают понятия гуманитарных и педагогических технологий. Аргументы авторов строятся на том, что понятие «гуманитарный» определяется как «имеющее отношение к человеку».

В этой связи, нам представляется исключительно важным мнение П. Машиновского (2001) о том, что необходимо разводить: «собственно» гуманитарные технологии, которые специально создаются, чтобы решать целый класс задач, связанных с развитием, потреблением, использованием человеческого потенциала, и гуманитарную составляющую традиционных и новых технологий, возникающую благодаря эпохе гуманизации.

Проведенные нами исследования показали, что группу технологий, имеющих гуманитарную составляющую, целесообразно определять как **ГУМАНИТАРНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ.**

**Пятнадцатое положение: необходимо разделять «собственно» гуманитарные технологии и гуманитарно-ориентированные технологии (технологии, имеющие гуманитарную составляющую).**

В заключение следует отметить, что дальнейшая разработка теории гуманитарных технологий, обеспечивающая их грамотное построение и корректное использование в различных областях, и, в первую очередь, в образовании, является, по нашему мнению, исключительно перспективной.

#### Литература:

1. Алексютина Н. Марш-бросок в будущее, или Акцент на гуманитарные технологии // Учительская газета. – 2008. - № 12 (18 марта). – Режим доступа: <http://www.ug.ru/issues07/?action=topic&toid=3791> (30 июня 2009).

2. Ашмарин И.И., Юдин Б.Г. Основы гуманитарной экспертизы // Человек: журнал. – 1997. - № 3. – Режим доступа: [http://iph.ras.ru/~mc/htdocs/win/kur-obr/n02-1997/co\\_2/homocont.htm](http://iph.ras.ru/~mc/htdocs/win/kur-obr/n02-1997/co_2/homocont.htm) (10 июня 2008).

3. Бершадский М.Е. В каких значениях используется понятие «технология» в педагогической литературе? // Школьные технологии. – 2002. - № 1.-С. 3-19.

4. Волкова А.В. Гуманитарные технологии и формирование ценностей // Гуманитарные технологии и политический процесс в России: сб. статей / под ред. Л.В. Сморгунова. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2001. – 224 с.

5. Генисаретский О.И. Лекция на «семейке» школы культурной политики 1998 года. – Режим доступа: <http://magister.konvent.ru/lib/ELIB/genis000/index.htm> (28 июля 2009).

6. Гончаров С.А. Гуманитарные технологии в образовании и социальной сфере // Вестник Герценовского университета № 5 (55). 2008 – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена. – С. 9-15.

7. Гор А. Земля на чаше весов. В поисках новой общей цели // Новая постиндустриальная волна на Западе. – М., 1999. – С. 559-571.

8. Горшкова В.В. Гуманитарная природа образовательных технологий в межсубъектной педагогической реальности. – Владивосток, 1999. – 95 с.

9. Грановский В., Дацюк С. Гуманитарные технологии (проблемное пространство) // Агентство гуманитарных технологий: XYZ: сетевой проектный журнал, 1999. – Режим доступа: <http://www.xyz.org.ua/discussion/humanitariness.html> (30 июня).

10. Грановский В., Осипов В., Карижский М. Инструменты влияния // Агентство гуманитарных технологий, 1998. – Режим доступа: <http://www.uis.kiev.ua/discussion/impact.html> (30 июля 2009).

11. Елисеев С.М. Проблемы и пара-

доксы гуманитарных технологий // Гуманитарные технологии и политический процесс в России: сб. статей / Под ред. Л.В. Сморгунова. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2001. – 224 с.

12. Зуев С. Гуманитарное знание как понятие практической деятельности // Программа «Культурная столица», 2003. – Режим доступа: [http://edu.tltsu.ru/sites/sites\\_content/site125/html/media426/gumanitar.htm](http://edu.tltsu.ru/sites/sites_content/site125/html/media426/gumanitar.htm) (24 авг. 2009).

13. Иноземцев В. Л. Расколота цивилизация. М., 1999. – 740 с.

14. Комаров В.В. Эпоха гуманитарных технологий: беседа. - Режим доступа: <http://vipsy.narod.ru/dialog.html> (28 июля 2009).

15. Крупник С. Всемирная энциклопедия: философия. – Минск, 2001. – Режим доступа: <http://wiki.hr-portal.ru/Slovar'Terminov/> umanitarnajaТехnologija (15 сент. 2007).

16. Кузнецова, Н.А. Расширение гуманитарных технологий на основе компетентностного подхода // Эйдос: интернет-журнал. – 2006. – Режим доступа: <http://www.eidos.ru/journal/2006/0901-3.htm>. (10 июня 2008).

17. Курочкин А.В. Гуманитарные технологии: проблема выбора методологических оснований // Гуманитарные технологии, 2006. – Режим доступа: <http://gtmarket.ru/laboratory/expertize/gtmarket/2006/725> (14 июня 2009).

18. Левенчук А. Универсальный ключ: дискуссия // Positive: промоушн-портал, 2004. – Режим доступа: <http://promo-positive.ru/print.php?id=4C0B3559-F42C6-9893FAE4> (30 июня 2009).

19. Малиновский П. Интервью // Оружейность гуманитарного: полиинтервью на «семейной» игре – 2001 / Д. Реут // Новое поколение гуманитарных технологий. – Режим доступа: <http://www.circleplus.ru/circle/kentavr/n/29/8> (30 июня 2001).

20. Мацкевич В. Интервью // Оружейность гуманитарного: полиинтер-

вью на «семейной» игре – 2001 / Д. Реут // Новое поколение гуманитарных технологий. – Режим доступа: <http://www.circleplus.ru/circle/kentavr/n/29/8> (30 июня 2001).

21. Митин Е.А., Филиппова С.О., Митин А.Е. Применение гуманитарных технологий в подготовке специалистов по физической культуре: научно-методические материалы / под ред. В.А. Бордовского. – СПб.: Нива, 2008. – 200 с.

22. Никифорова Л.В. Гуманитарные технологии в системе понятий инновационной образовательной программы // Вестник Герценовского университета. – 2008. - № 11(61). – С.17-24.

23. Преслегин С. Гуманитарные технологии: интервью // LesMAG, 2008. – Режим доступа: [http://vcrysis.ru/Gumanitarnye\\_tekhnologii.html](http://vcrysis.ru/Gumanitarnye_tekhnologii.html) (28 июля 2009).

24. Роботова А.С. Гуманитарность и гуманитарные технологии // Вестник Герценовского университета № 5 (55). 2008 – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена. – С. 15-20.

25. Савелова С.Б. Гуманитарное программирование и проектирование как технология «работы с будущим» или что надо знать и уметь делать профессионалу // Известия Международной Академии технического образования: научно-теоретический журнал и информационно-методический журнал. – Мн., 1999. – С. 33 - 58.

26. Сидоренко, Е.В. Личностное влияние и противостояние чужому влиянию // Психологические проблемы самореализации личности: сб. науч. тр. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 1997. – Режим доступа: [http://www.psycheya.ru/lib/ppsl\\_3.html](http://www.psycheya.ru/lib/ppsl_3.html) (16 авг. 2008).

27. Сморгунов Л.В. Гуманитарные технологии и формирование политического события // Гуманитарные технологии и политический процесс в России: сб. статей / под ред. Л.В.Сморгунова. – СПб.: Изд-во

СПбГУ, 2001. – 224 с.

28. Тульчинский Г.Л. Гуманитарная экспертиза как социальная технология // Экспертиза в современном мире: от знания к деятельности / под ред. Г.В. Иванченко, Д.А. Леонтьева, 2006. – Режим доступа: <http://publishing.smysl.ru/context/174.htm> (28 июля 2009).

29. Чумиков А. Выводы условны // PR и гуманитарные технологии — иллюзия противостояния?, 2006. – Режим доступа: <http://gtmarket.ru/laboratory/expertize/gtmarket/2006/126> (10 июня 2008).

30. Шейнов В.П. Психологическое

влияние. – Минск: Харвест, 2007. – 640 с.

31. Щедровицкий П.Г. Гуманитарные технологии в эпоху кризиса // НГ-религии. – 2001. – № 24 (95). – Режим доступа: <http://www.shkp.ru/lib/publications/39> (30 июля 2009).

32. Юдин Б.Г. От этической экспертизы к экспертизе гуманитарной // Знание. Понимание. Умение: электронный журнал. – Режим доступа: [http://www.zpu-journal.ru/gumtech/expert\\_exam/articles/2007/Yudin/2/](http://www.zpu-journal.ru/gumtech/expert_exam/articles/2007/Yudin/2/) (30 июля 2009).

\* \* \*



## ОПТИМИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ МИНИ-ФУТБОЛОМ

Э.Г. Алиев

В работах целого ряда исследователей установлено, что важнейшей характеристикой системы управления физической культуры и спортом является организационная структура, которая рассматривается как форма системы управления, определяемая совокупностью устойчивых связей между звеньями управления, обеспечивающих ее целостность, сохранение основных свойств при различных внутренних и внешних изменениях. При этом в современных условиях развития в стране рыночных отношений одной из актуальных проблем повышения эффективности деятельности физкультурно-спортивных организаций является оптимизация организационных структур управления, обеспечивающих четкую ориентацию всех ее звеньев на достижение конечной цели (И.И. Переверзин, 1994).

Проведенное исследование показало, что сложившаяся в нашей стране в 90-е гг. прошлого столетия и в начале XXI в. система управления профессиональным мини-футболом отстает от современных организационно-управленческих технологий, отличается двойственностью (параллелизмом), многоступенчатостью, громоздкостью и отстранением от процесса управления самих профессиональных клубов.

Как видно на рис. 1, с одной стороны, руководство развитием мини-футбола в стране, в том числе и управлением профессиональными клубами, осуществляет Российский футбольный союз и нижестоящие федерации футбола, а с другой - Ассоциация мини-футбола России и ее региональные ассоциации мини-футбола.

Сложившийся параллелизм и многоступенчатость в управлении мини-футболом как автономной разновидностью классического футбола снижает оперативность выполнения принятых решений, отрицательно сказывается на

результативности организационно-педагогической деятельности профессиональных мини-футбольных клубов.

Учитывая современные научные требования к организационным структурам управления (Переверзин И.И., 1999), а также передовой зарубежный и отечественный опыт построения системы управления профессиональным мини-футболом (Переверзин И.И., 2002), а также тенденции организационного и финансового укрепления отечественных профессиональных мини-футбольных клубов и заметный рост популярности мини-футбола в стране, Ассоциацией мини-футбола России был разработан экспериментальный проект оптимизации системы управления профессиональными клубами высшего дивизиона, утвержденный исполкомом Российского футбольного. В качестве звена, оперативно управляющего проведением чемпионата страны среди клубов высшего дивизиона, была создана «Суперлига мини-футбола», функционирующая в организационно-правовой форме некоммерческого партнерства на договорных отношениях с Ассоциацией мини-футбола России.

Деятельность данной профессиональной лиги регламентировалась уставом этой организации, разработанным на основе федерального закона «Об общественных организациях», регламентирующими документами Российского футбольного союза и Ассоциации мини-футбола России.

Создание в организационной структуре управления мини-футболом «Суперлиги мини-футбола» было попыткой оптимизировать систему управления важной составляющей частью отечественного профессионального мини-футбола – клубами высшего дивизиона, привлечь к участию в управленческом процессе непосредственно профессиональные клубы.

Представляя собой самоуправляемую систему, эта профессиональная лига объединяла для проведения чемпионата страны мини-футбольные клубы, финансирующие ее функционирование. На рис.

2 профессиональная «Суперлига мини-футбола» отображена как звено организационной структуры управления отечественным мини-футболом.

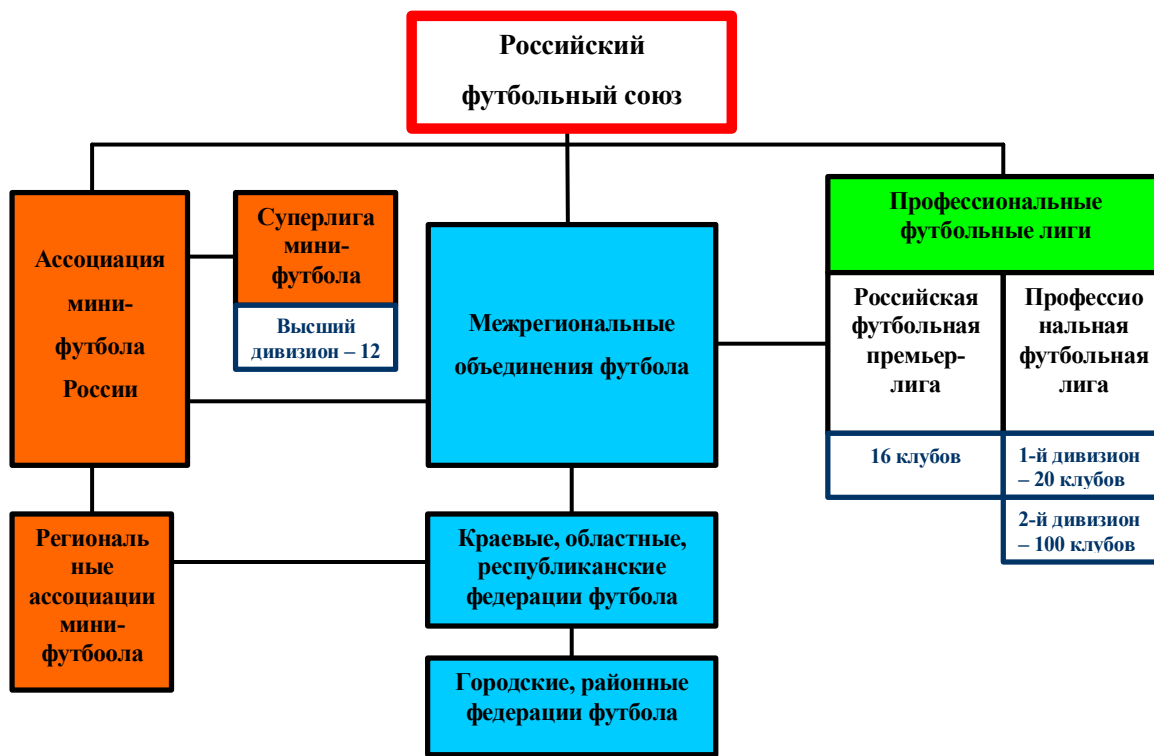


Рис. 2. Экспериментальная профессиональная «Суперлига мини-футбола» в организационной структуре управления мини-футболом.

На рис. 3 изображена организационно-функциональная структура данной физкультурно-спортивной организации, высшим органом которой являлось общее собрание президентов мини-футбольных клубов высшего дивизиона в количестве 12 человек. Данный орган отвечал за текущую деятельность лиги, определял перспективы ее существования, решал вопросы, связанные с изменением устава, приема новых членов, принятия проекта регламента чемпионата страны. Оперативное же управление лигой осуществлял президент, избираемый общим собранием сроком на 2 года.

Естественный организационно-педагогический эксперимент осуществлялся в течении двух сезонов: 2003 – 2004 гг. и 2004 – 2005 гг., в ходе которых были выявлены как значительный

педагогический эффект, так и нерешенные проблемы в управлении отечественными профессиональными мини-футбольными клубами.

*Организационно-педагогические результаты функционирования экспериментальной профессиональной «Суперлиги мини-футбола»*

Выделение профессиональных мини-футбольных клубов высшего дивизиона в отдельное автономное звено организационной структуры управления мини-футболом позволило осуществить ряд важных акций по повышению уровня проведения чемпионата России и усилению результативности организационно-педагогической деятельности клубов этого дивизиона.



Рис.3. Организационно-функциональная структура профессиональной «Суперлиги мини-футбола».

Начиная с сезона 2003–2004 гг. была модернизирована система проведения чемпионата России среди клубов высшего дивизиона. До создания «Суперлиги мини-футбола» чемпионат страны среди клубов данного дивизиона проводился по туровой системе (в два круга), что ограничивало количество «домашних» матчей, проводимых клубами, лимитировало соревновательную практику футболистов, а также ограничивало возможности систематического освещения хода чемпионата страны в средствах массовой информации. В начале же эксперимента чемпионат России среди клубов высшего дивизиона «Суперлига мини-футбола» стала проводить в четыре круга: 2 матча – «дома» и 2 матча – на выезде.

Как видно из табл. 1 в ходе эксперимента, благодаря изменению системы проведения чемпионата страны, значи-

тельно возросло количество матчей, проводимых каждым клубом в этих соревнованиях. Так, если в предыдущих сезонах клубы высшего дивизиона проводили лишь по 30 матчей в чемпионате России, то в экспериментальные сезоны количество игр возросло до 44. Рост количества матчей в сезонах 2003–2004 гг. и 2004–2005 гг. составил 31,8%. В то же время в клубах первого дивизиона, где система проведения чемпионата не изменилась, количество матчей осталось на прежнем уровне и составляло всего 34 игры в этих соревнованиях. Уступал в предыдущих сезонах по количеству матчей проводимых в чемпионатах, предшествующих эксперименту, клубы высшего дивизиона в экспериментальный период значительно превзошли показатели клубов первого дивизиона.

Таблица 1. Анализ мнений экспертов разных категорий о необходимости создания автономной профессиональной мини-футбольной лиги

Мнения экспертов	Руководители клубов			Тренеры клубов			Работники федераций футбола и ассоциаций мини-футбола		
	m	Удельный вес данного мнения	Ранг	m	Удельный вес данного мнения	Ранг	m	Удельный вес данного мнения	Ранг
Необходимо создать автономную лигу в структуре РФС (аналогично РФПЛ и ПФЛ)	25	35%	II	15	31,3%	II	18	32,2%	I-II
Необходимо создавать автономную лигу в структуре АМФР	27	37%	I	18	37,5%	I	18	32,2%	I-II
Создание такой лиги в настоящее время преждевременно. Решение этой проблемы следует рассматривать в перспективе	16	22%	III	9	18,7%	III	12	21,4%	III
Вообще нет никакой необходимости в создании такой лиги	11	6%	IV	6	12,5%	IV	8	14,2%	IV
Итого	72	100%		48	100%		56	100%	

Примечание: m – количество экспертов

Таким образом, благодаря модернизации системы проведения чемпионата России среди клубов высшего дивизиона удалось добиться значительного увеличения количества игр, проводимых клубами в данных соревнованиях, а, следовательно, и повысить эффективность соревновательной практики футболистов этого дивизиона.

Так, несмотря на уменьшение количества клубов высшего дивизиона в экспериментальный период с 16 до 12, во всех ведущих клубах произошло увеличение количества зрителей, посетивших их «домашние» матчи. Например, в сезоне 2003–2004 гг. численность зрителей, посетивших «домашние» игры МФК ВИЗ – «Синара», возросло в сравнении с сезоном 2002–2003 гг. на

76,5%, «домашние матчи» МФК ТТГ – «ЯВА» – на 68,5%, «домашние матчи» МФК «Тюмень» – на 69% и т.д. Наименьший прирост был отмечен в МФК «Спартак» – на 30%.

Важной акцией «Суперлиги мини-футбола» стало ежегодное проведение перед началом сезона аттестации клубов высшего дивизиона. Разработанное «Суперлигой мини-футбола» «Положение об аттестации мини-футбольных клубов высшего дивизиона» было утверждено исполкомом Ассоциации мини-футбола России. Данный документ устанавливал порядок проведения аттестации и основные требования к организационной структуре управления и штатному расписанию клубов, уровню материально-технического обеспечения

и организации работы по подготовке спортивного резерва, а также к спортивным сооружениям, которые представлялись для проведения матчей чемпионата страны. Так, каждый клуб высшего дивизиона должен осуществлять свою деятельность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации на основании своих учредительных документов. Организационно-правовая форма клубов должна была соответствовать требованиям Гражданского Кодекса и соответствующим законам Российской Федерации. Название команды-участницы чемпионата страны должно быть идентичным названию клуба, зарегистрированному в его Уставе. Спортивные сооружения каждого клуба должны были соответствовать общим стандартам безопасности и комфорта участников соревнований и зрителей.

Проведение ежегодной аттестации клубов высшего дивизиона позволило значительно повысить уровень их организационно-педагогической деятельности и качество проведения матчей чемпионата России, приблизив его к европейским стандартам, установленным УЕФА для проведения матчей чемпионата Европы и Кубка УЕФА по мини-футболу.

Модернизация системы проведения чемпионата России среди клубов высшего дивизиона и повышение уровня его организации, заметный рост организационно-педагогической деятельности клубов создало реальные предпосылки для привлечения средств массовой информации к освещению матчей чемпионата России по мини-футболу.

Приведенные данные позволяют констатировать, что рост уровня проведения чемпионата страны и повышение зрительского интереса к календарным матчам клубов высшего дивизиона позволили повысить к ним заинтересованность средств массовой информации, резко увеличить количество трансляций

игр по каналам центрального телевидения и количество публикаций в центральных спортивных печатных органах.

Таким образом, проведенный естественный организационно-педагогический эксперимент позволил выявить прямую зависимость между модернизированной системой управления профессиональными клубами высшего дивизиона и достигнутыми результатами. Создание экспериментальной «Суперлиги мини-футбола» дало возможность вовлечь в процесс управления профессиональным мини-футболом непосредственно сами клубы высшего дивизиона, повысить оперативность принятия решений и их исполнение, что в конечном итоге, обернулось значительным организационным и педагогическим эффектом. Так, модернизация системы проведения чемпионата России позволила поднять интерес зрителей к календарным матчам, значительно увеличить как количество игр, проводимых клубами в ходе чемпионата страны (и, ем самым, оптимизировать соревновательную практику футболистов), так и привлечь каналы центрального телевидения и центральные органы спортивной печати к более широкому освещению календарных матчей. Проведение ежегодной аттестации клубов высшего дивизиона способствовало эффективности их организационно-педагогической деятельности, повысило качество организации матчей чемпионата страны, приблизив уровень этих соревнований к лучшим образцам национальных чемпионатов в Европе и мире. В целом же принятые меры способствовали усилению результативности работы клубов по подготовке кандидатов в сборные команды страны, а также содействовали занять отечественными мини-футбольными клубами лидирующих позиций в главных клубных соревнованиях европейского континента – Кубке УЕФА.

В то же время проведенный эксперимент выявил и серьезные лимитирующие факторы и неиспользованные резервы в функционировании «Суперлиги мини-футбола» как автономного звена организационной структуры управления мини-футболом. В целом создание данного звена оказалось лишь половинчатой мерой по усовершенствованию системы управления профессиональным мини-футболом. Так, «Суперлига мини-футбола» объединяла лишь одну часть профессионального мини-футбола – клубы высшего дивизиона, оставляя вне своего влияния его вторую часть – клубы первого дивизиона, что, безусловно, изолировало последние от нововведений, осуществляемых «Суперлигой мини-футбола». В то же время создание данного звена не привело к ликвидации такой острой проблемы, как

двойственность (параллелизм) и многоступенчатость в системе управления профессиональными клубами. Руководство «Суперлигой мини-футбола» по-прежнему осуществлялось и Ассоциацией мини-футбола России, и Российским футбольным союзом. Например, утверждение регламента и календаря чемпионата России проходило последовательно четыре звена: общее собрание «Суперлиги мини-футбола», исполком Ассоциации мини-футбола России, исполкомом Российского футбольного союза и Федеральное агентство по физической культуре и спорту. Не случайно, просуществовав два сезона, «Суперлига мини-футбола» прекратила свое существование, влившись в спортивно-технический департамент Ассоциации мини-футбола России.

#### Литература:

Переверзин, И.И. Менеджмент спортивной организации / И.И. Переверзин. – М.: СпортАкадем Пресс, 2002. – 244 с.

Переверзин, И.И. Реформирование организационных структур управления физической культурой и спортом в России в период поэтапной конституцион-

ной реформы / И.И. Переверзин, С.А. Корневский // Физическая культура и спорт в условиях рынка: проблемы управления, экономики, предпринимательства и права: тез. и материалы междунар. симпозиума. – М., 1994. – С. 3-10.

\* \* \*

## ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ МИНИ-ФУТБОЛА В ВУЗЕ

Э.Г. Алиев

Обучение дисциплине «Физическая культура» в не физкультурном вузе осуществляется на основе Государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования. 2-го поколения.

В учебных планах вузов по всем направлениям и специальностям высшего профессионального образования в цикле общих гуманитарных и социально-

экономических дисциплин предусмотрено выделение 408 часов на дисциплину «Физическая культура» в обязательном курсе на весь период обучения с проведением итоговой аттестации. Для построения учебного процесса предлагается примерное распределение обязательных учебных часов на освоение трех основных разделов программы по годам обучения (см. табл.).

Таблица. Распределение нагрузки по разделам программы дисциплины  
«Физическая культура»

Курс обучения	Количество часов по разделам программы				Всего часов
	Теоретический	Практический		Контрольный	
	лекции	методико-практический подраздел	учебно-тренировочный подраздел		
I	16	14*	88	18	136
II	6	14	98	18	136
III	2	6	50	10	68
IV	2	2	54	10	68
Всего:	26	36	290	56	408

\* В том числе 2 часа – первое организационно-методическое занятие со студентами первого курса.

Мини-футбол относится к избранным видам спорта, т.е. группы по мини-футболу будут комплектоваться и занятия по мини-футболу будут проводиться, если среди преподавательского состава кафедры физического воспитания вуза есть специалист по мини-футболу и имеются условия для занятий по этому виду спорта.

В рамках этого стандарта на учебно-тренировочный подраздел выделяется 290 часов. Избранный вид спорта изучается в трех теоретических темах:

Тема 7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.

Тема 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.

Тема 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.

В 2007 году АМФР разработала проект «Мини-футбол в вузы», т.е. разработала комплекс организационных мероприятий, позволяющих начать динамическое развитие этого вида спорта и среди студенческой молодежи.

### Основными целями проекта являются:

1. Комплексное решение проблем двигательной активности, укрепление здоровья и приобщение студенческой молодежи к систематическим занятиям физической культурой и спортом, закладывание в студенческие годы необходимой базы физической подготовленности и работоспособности для буду-

щей общественно полезной профессиональной деятельностью.

2. Обеспечение логической взаимосвязи эффективных инновационных организационно-методических форм физического воспитания учащихся школ и студентов ВУЗов.

3. Подъем массовости занятий футболом среди студенческой молодежи, дальнейшее развитие инфраструктуры студенческого спорта в стране.

4. Ориентация межрегиональных объединений футбола, территориальных федераций футбола на массовое развитие различных видов футбола, в том числе и мини-футбола.

Реализации данных целей требуется решение следующих задач:

1. Способствовать комплексному решению проблем двигательной активности и укрепления здоровья студентов вузов путем целенаправленного внедрения мини-футбола как в структуру учебных (академических) занятий в форме элективных практических и факультативных, так и индивидуальных и индивидуально-групповых занятий.

2. Создать систему стимулов для развития мини-футбола среди студенческой молодежи путем:

– организации внутри вузовских городских, областных и всероссийских соревнований;

– привлечение наиболее перспективных игроков, обучающихся в ВУЗах, в сборные студенческие команды России для участия в соревнованиях, чемпионатах Европы и мира;

– введения в Единую Всероссийскую спортивную классификацию спортивных званий и разрядов (разных уровней) по мини-футболу, присваиваемых

за участие в соревнованиях среди студентов вузов;

Проведение ежегодного Всероссийского смотра – конкурса на лучшую организационную работу по развитию мини-футбола среди студенческой молодежи.

3. Обеспечить вузы страны специальной научно-методической литературой, пособиями и видео материалами по мини-футболу, а также спортивным инвентарем.

Осенью 2008 года в нашей стране началась реализация общероссийского проекта – «Мини-футбол в вузы». Проект рассчитан на вовлечение студентов высших учебных заведений в регулярные занятия спортом и популяризацию одной из разновидностей футбола среди молодежи. Проект был одобрен и поддержан на самом высоком уровне, включая Президента России Д.А. Медведева. Так, например, в Южном федеральном округе студенческие соревнования завершены. Уже в первый год удалось вовлечь в реализацию этого проекта все регионы ЮФО. И финальный турнир этих соревнований, который состоялся в г. Элисте с 10 по 15 марта 2009 года, собрал представителей из 11 субъектов Юга России.

Подводя итоги первого года реализации проекта «Мини-футбол – в вузы», можно сделать вывод, что внедрение в практику этого проекта позволила резко увеличить количество занимающихся мини-футболом в вузах России, а перспективная студенческая молодежь получила возможность спортивного роста: от студенческих команд в команды высшей лиги.

\* \* \*



## ИССЛЕДОВАНИЕ ДИНАМИКИ РАЗВИТИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПСИХОМОТОРНЫХ ФУНКЦИЙ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 9-15 ЛЕТ

М.А. Факеев

Известно, что у детей и подростков зоны интенсивного психомоторного развития наблюдаются в разные возрастные сроки, то есть каждый детский возраст имеет свои особенности в развитии, свой уровень сенситивности.

На наш взгляд, чтобы понять характер развития психомоторных функций детей занимающихся рукопашным боем и не спортсменов, необходимы исследования по изучению данной проблемы в возрастном аспекте. Поэтому задачей данного этапа исследования явилось изучение динамики развития показателей психомоторных функций детей 9-15 лет.

Поставленная задача решалась с использованием психомоторных методик. Исследовались следующие показатели: точность воспроизведения мышечного усилия (динамометрия), быстрота сенсомоторного реагирования (методика РДО), частота движения (теппинг-тест за 10 с) и работоспособность нервной системы (теппинг-тест за 60 с), вестибулярная устойчивость (проба Ромберга в позы № 4 и № 5).

В сравнительном исследовании приняли участие 123 человека, из них 44 – в возрасте 9-10 лет, 41 – в возрасте 11-13 лет и 38 – в возрасте 14-15 лет.

Представленные в таблице данные показывают, что изучаемые психомоторные показатели у детей спортсменов и не занимающихся спортом имеют определенную динамику. В исследуемом возрастном диапазоне представленные показатели различаются динамикой изменения.

Так, по показателям точности воспроизведения мышечного усилия, быстроте сенсомоторной реакции, частоте движения за 10 с и вестибулярной устойчивости в позу №4 выявлены более

высокие результаты у детей в возрасте 11-15 лет занимающихся рукопашным боем, по сравнению с детьми, не занимающихся спортом ( $t = 2,05-7,17$ ;  $p < 0,05- < 0,01$ ).

По частоте движений за 60 с, как показателя работоспособности нервной системы, достоверные значения получены только между 14-15-летними детьми. Достоверных различий по всем показателям не выявлено между детьми 9-10-летнего возраста, а также по показателю вестибулярной устойчивости у всех возрастных групп. В тоже время, В.К. Бальсевич (1981) считает возрастной интервал от 7 до 10 лет наиболее оптимальным, в разные его периоды, сенситивным для развития практически всего спектра двигательных способностей. Это согласуется с нашими данными, полученными на более широком возрастном контингенте.

Анализ результатов исследования позволяет говорить о том, что показатели психомоторных функций у детей 9-15 лет зависят от индивидуально-возрастных особенностей и их развитие проходит неравномерно. Поэтому, при переходе человека от одного возраста к другому неравномерность развития психомоторных функций приводит к изменению межфункциональных связей в его организме. Эти нарушения в структуре развития зависят не только от паспортного, но и биологического возраста (В.П. Озеров, 1989, 2002). Следовательно, изучение только возрастных изменений имеет ограниченное значение и должно дополняться содержательным анализом, среди которых наиболее важно то, что динамика развития не определяется каким-то одним признаком, а связана с совокупностью действующих факторов (В.А. Сальников, 1994, 1997).

Таблица. Результаты исследования показателей психомоторных функций у детей

№ п/п	Тесты	Возраст					
		9-10 лет не спортсмены, n=23 (x ± m)	9-10 лет спортсмены, n=21 (x ± m)	11-13 лет не спортсмены, n=20 (x ± m)	11-13 лет спортсмены, n=21 (x ± m)	14-15 лет не спортсмены, n=19 (x ± m)	14-15 лет спортсмены, n=19 (x ± m)
1.	Точность воспроизведения мышечного усилия на отметке динамометра в 10 кг (10 попыток, усл. ед.)	3,74 ±0,10	3,52 ±0,08	3,4 ±0,10	2,9 ±0,08	3,38 ±0,11	1,92 ±0,04
		t = 1,69 p > 0,05		t = 3,85 p < 0,01		t = 5,82 p < 0,01	
2.	Быстрота сенсорного реагирования (РДО, 10 попыток, усл. ед.)	4,41 ±0,29	4,3 ±0,28	3,8 ±0,14	2,9 ±0,10	3,7 ±0,23	2,05 ±0,05
		t = 0,27 p > 0,05		t = 5,29 p < 0,01		t = 7,17 p < 0,01	
3.	Частота движения в лучезапястном суставе (тептинг-тест за 10 с)	59,6 ±1,38	59,4 ±1,36	62,9 ±1,11	69,2 ±0,95	63,2 ±1,19	78,9 ±0,93
		t = 0,01 p > 0,05		t = 2,95 p < 0,01		t = 6,89 p < 0,01	
4.	Частота движения в лучезапястном суставе (тептинг-тест за 60 с)	330,3 ±6,90	335,3 ±6,98	339,4 ±6,9	353,2 ±7,0	346,0 ±7,09	396,4 ±8,83
		t = 0,51 p > 0,05		t = 1,41 p > 0,05		t = 4,45 p < 0,01	
5.	Вестибулярная устойчивость (проба Ромберга, поза № 4, с)	9,31 ±0,53	9,62 ±0,65	9,41 ±0,56	11,0 ±0,53	9,40 ±0,54	12,5 ±0,37
		t = 0,39 p > 0,05		t = 2,05 p < 0,05		t = 4,43 p < 0,01	
6.	Вестибулярная устойчивость (проба Ромберга, поза № 5, с)	4,52 ±0,34	4,71 ±0,41	4,73 ±0,40	5,20 ±0,36	5,24 ±0,39	5,79 ±0,19
		t = 0,34 p > 0,05		t = 0,87 p > 0,05		t = 1,25 p > 0,05	

Необходимо отметить и такой факт, выявленный в исследовании – увеличение тренированности спортсмена выражается в более значительном изменении показателей психомоторных функций, но при этом мы имеем дело не с суммой изменений, а с органической интеграцией, новым, более совершенным качест-

вом, включающим взаимное переплетение составляющих (В.К. Бальсевич, В.А. Запорожанов, 1987).

В целом рассмотренный материал дает основание говорить о существенном влиянии занятий рукопашным боем на динамику возрастного развития показателей психомоторных функций. В

тоже время необходимо отметить, что для каждого возрастного периода индивидуального развития характерен специфический набор ведущих признаков, который может быть реализован в спортивной деятельности.

#### **Литература:**

1. Бальсевич В.К. Феномен физической активности человека как социально-биологическая проблема // Вопросы философии. 1981, № 8, с. 78-89.

2. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. – Киев, 1987. – 223 с.

3. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. – Дубна: Феникс+, 2002. – 320 с.

4. Озеров В.П. Формирование психомоторных способностей у школьников / В.П. Озеров. – Кишинёв: Лумина, 1989. – 112 с.

5. Сальников В.А. Возрастные и индивидуальные особенности физического развития на различных этапах спортивного совершенствования: Диссер. ... д-ра пед. наук. – Л., 1994. – 406 с.

6. Сальников В.А. Соотношение возрастного и индивидуального в структуре сенситивных и критических периодов развития // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 1997. – № 4. – С. 8-12.

\* \* \*

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ К АНАЛИЗУ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

---

Г.В. Руденко, Ю.Н. Яковлев

Образ жизни студенческой молодежи имеет ряд специфических черт, связанных с возрастом, особенностями учебной деятельности, условиями быта и отдыха (М.Я. Виленский, 1993). По мнению автора совершенно необходимым, обязательным фактором здорового образа жизни студентов являются физические нагрузки. Это совокупность и сочетание двигательных действий, выполняемых в повседневной жизни: организованные и самостоятельные занятия физическими упражнениями, активный отдых, физический труд, передвижения без автоматизированных средств.

В тоже время повышенная интенсивность учебного процесса в новой образовательной ситуации приводит к существенному снижению физических и психических возможностей студентов, переутомлению и заболеваниям. Среди основных факторов, способствующих распространению заболеваний у студентов, является недостаточная двигательная активность, сочетающаяся с эмоциональной и информационной перегрузкой, а также курение, употребление алкоголя. Так, по данным Б.Г. Акчурина (1996), В.А. Коваленко (2002) и др., число курящих и употребляющих спиртные напитки от первого к пятому курсу возрастает соответственно до 82,8% и 41,5%.

Рассматривая проблему состояния здоровья студентов А.Л. Мадельян (2001), отмечает, что за период обучения в вузе число больных студентов возрастает. Заболеваемость будущих специалистов увеличивается в 3-8 раз по сравнению с первым годом обучения, на диспансерном учете находится 1/5 часть из каждой тысячи студентов, 25-30%

студентов вузов обнаруживают ослабленное здоровье и слабую физическую подготовку.

В исследовании Л.Е. Матузова (2003) показано, что лишь 10,3% - 12% студентов, поступивших на 1 курс, имеют хороший и отличный уровень физической подготовленности. А по окончании высшего учебного заведения студенты, имеющие высокий уровень физической подготовленности, даже при систематических занятиях по дисциплине «Физическая культура» сохраняют этот уровень в 5% случаях, а остальные - ухудшают его. И лишь у 2% студентов уровень физической подготовленности возрастает.

В повышении адаптивных возможностей организма, в том числе, и адаптивности к умственной деятельности важная роль отводится физической культуре и спорту. Без определенного объема двигательной деятельности организм не может накапливать энергию для нормальной жизнедеятельности, противостоять повседневному стрессу. С другой стороны, физическая активность, как специфический вид человеческой деятельности, включает в себя не только двигательную внешнюю часть (моторную), но и внутреннюю (умственную) (А.Г. Комков, Е.В. Антипова, 2003).

Именно под влиянием систематической физической тренировки в организме происходят функциональные изменения, повышаются морфофункциональные резервы адаптации организма к неблагоприятным условиям внешней среды, организм выходит на более высокий уровень общей (неспецифической) адаптоспособности [13].

Таким образом, привлечение студентов к занятиям физическими упражнениями является исключительно актуальной задачей, так как они являются универсальным механизмом оздоровления людей, способом самореализации человека, его самовыражения и разви-

тия, а также средством борьбы против асоциальных явлений.

Большинство исследователей, занимающихся проблемой привлечения студентов к занятиям физическими упражнениями в свободное время, считают, что эффективность ее решения во многом определяется качеством физкультурно-оздоровительной работы, осуществляемой в высших учебных заведениях.

В тоже время, по мнению С.В. Моренченко (2005), современные высшие учебные заведения во многом сохранили предыдущий опыт интеграции занятий физической культурой и спортом в учебный процесс.

В настоящее время, как указывает В.И. Григорьев (2004), кафедры физического воспитания высших учебных заведений работают по учебной программе в объеме 408 часов. Практический раздел программы составляет 326 часов. Не приходится производить каких-либо сложных расчетов, чтобы сказать, что данный объем обязательных занятий по физической культуре не может удовлетворить потребности организма молодого человека в двигательной активности. Это положение подтверждается анализом различных научных публикаций последних лет. Следствием недостаточной двигательной активности и высоких интеллектуальных нагрузок является ухудшение физической подготовленности и здоровья студентов. Число студентов отнесенных по состоянию здоровья к специальным медицинским группам неуклонно растет.

Как показали исследования, затраты времени студентов на занятия физической культурой и спортом в свободное время значительно снижаются от младших курсов к старшим, и у женщин они, как правило, ниже, чем у мужчин. Больше всего внеучебного времени на физическую культуру и спорт тратят студенты спортивного отделения, которые имеют и большую академическую

нагрузку по физической культуре и более высокий уровень двигательной активности, а меньше всего - студенты специального отделения, состояние здоровья которых нуждается в больших затратах времени на его корректировку. Это, казалось бы, противоречие имеет закономерное объяснение: у студентов с высокой двигательной активностью сформирована потребность в более высоком режиме физической активности. Отсюда вытекает необходимость дифференцированного педагогического подхода к студентам с различным уровнем здоровья и физической подготовленности (разработка методов оценки, норм, структуры, и содержания двигательной активности) при формировании здорового образа жизни (Л.Б. Андрущенко, И.В. Лосева, Т.Г. Вялкина, 2004; Э.А. Кудаев, И.А. Овчаров, 2004; Ю.П. Кобяков 2004).

Несмотря на то, что большая часть студенческой молодежи осознает личную и социальную ценность здоровья, тем не менее, она воспринимается как абстрактная ценность, которая имеет надличностный характер. Доминирует отношение к здоровью как абстрактному ресурсу эффективности деятельности, который не идентифицируется с жизненными стратегиями, с нормами повседневного поведения (Л.В. Фролова, 2006). По мнению автора, отношения преподавателя и студента сохраняют характер принуждения, имеет место примат информированности и стандартизации над культурой и правом выбора. Есть и другая крайность – циничное отношение студента к учебному процессу, преподавателю. В этом случае используются личные связи, попытки «договориться» с преподавателем, справки «освобождения», формальное присутствие на занятиях, упрощение всех заданий.

Анализ психологических аспектов восприятия процесса физического воспитания студентами, проведенный И.

Тарасовой, Айси Мей (2006), позволил очертить следующий круг проблем.

Существующая система вузовского физического воспитания является обязательной, следовательно, в ней отчетливо прослеживается принудительный мотив. Принуждение касается как самого факта занятий, так и возможностей свободного выбора интересующей формы, направленности, объема и интенсивности физических нагрузок, времени занятий и оптимального расписания их.

Ситуация усугубляется обязательностью сдачи многочисленных государственных тестов и контрольных нормативов, напрямую противоречащих по своей сути оздоровительным задачам массовых физических занятий. Такая принудительная постановка вопроса не только ограничивает свободу творческой реализации, но и становится постоянно присутствующим негативным фоном, который неминуемо внедряется в подсознание в виде соответствующих подсознательных программ неприятия и противодействия принуждению.

Таким образом, можно говорить о следующих проблемных вопросах системы физического воспитания в вузах:

во-первых, существующие программы консервативны и молодежь отчетливо ощущает замедленную реакцию обучающего состава на внедрение новых технологий в процесс занятий физическими упражнениями (И. Тарасова, Айси Мей, 2006);

во-вторых, на сегодняшний день в образовательном процессе вуза качество системы педагогического воздействия на психологию студентов в привитии потребности в занятиях физическими упражнениями не достаточно (Л.В. Закурин, 2005). Поэтому не случайно, в исследовании, проведенном А.В. Шевченко (2006) показано, что ведущим мотивом посещения занятий по физической культуре в вузе для 62% юношей является возможность поиграть в спор-

тивные игры, а для 55% девушек - нежелание иметь проблемы с зачетом;

в-третьих, студенты являются социальным слоем населения, который можно отнести к группе повышенного риска в отношении своего здоровья. В связи с чем, существует актуальная необходимость разработки и внедрения в вузе технологий мотивирования студентов к занятиям физическими упражнениями с учетом интересов и потребностей, что будет способствовать сохранению их здоровья.

### Литература:

1. Акчурина Б.Г. Проблемы организации деятельности высшей школы по формированию физического здоровья студентов: дис. ... канд. пед. наук. – Уфа, 1996. – 132 с.
2. Андрищенко Л.Б., Лосева И.В., Вялкина Т.Г. Ритмическая гимнастика в процессе физического воспитания студентов вуза // Теория и практика физической культуры. – 2004. – №5. – С. 22-25.
3. Виленский М.Я. Физическая культура в научной организации труда студентов. – М.: Прометей, 1993. – 156 с.
4. Григорьев В.И. Кризис физической культуры студентов и пути его преодоления // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 2. – С. 54-61.
5. Закурин Л.В. Формирование потребности к занятиям физической культурой у студентов технического вуза на основе использования рейтинговой системы оценивания: дис. ... канд. пед. наук. – Шуя, 2005. – 188 с.
6. Кобяков Ю.П. Двигательная активность студентов: структура, нормы, содержание // Теория и практика физической культуры. – 2004. – №5. – С.44-46.
7. Коваленко В.А. Физическая культура в обеспечении здоровья и профессиональной психофизической готовности студентов // Физическая культура и спорт в Российской Федерации (студенческий спорт). – М.: Полиграфсервис, 2002. – С. 43-66.
8. Комков А.Г., Антипова Е.В. Формирование физической активности детей и подростков как социально-педагогическая проблема // Теория и практика физической культуры. – 2003. – №3. – С. 5-8.
9. Кудавев Э.А., Овчаров И.А. Методические принципы оценки динамики физической подготовленности у студентов нефизкультурных вузов // Теория и практика физической культуры. – 2004. – №5. – С. 26.
10. Мадельян, А.Л. Организационно-методические аспекты совершенствования профессиональной подготовки специалистов физической культуры и спорта в условиях курортной зоны (На примере Сочинского рекреационного региона): дис. ... канд. пед. наук. – Майкоп, 2001. – 188 с.
11. Матузов Л.Е. Формирование положительного отношения студентов к самостоятельным занятиям физическими упражнениями: дис. ... канд. пед. наук. – Тюмень, 2003. – 196 с.
12. Моренченко С.В. Физическая культура и спорт в структуре жизненностилевых стратегий россиян: автореф. дис. ... канд. социол. наук. – Саратов, 2005. – 20 с.
13. Научные основы физической культуры и здорового образа жизни: Учебное пособие / Под общ. ред. Д.Н. Давиденко; СПбГТУ, БПА. – СПб., 2001. – 348 с.
14. Тарасова И., Мей Аиси. Психолого-педагогические аспекты физического воспитания в ВУЗах // Научные труды студентов России, 2006. – Режим доступа: <http://www.cs-alternativa.ru/text/2051> (20 нояб. 2009).
15. Фролова Л.В. Социокультурные аспекты отношения студенческой молодежи к физической культуре: автореф. дис. ... канд. социол. наук. – Саратов, 2006. – 20 с.

16. Шевченко А.В. Стремятся ли студенты к здоровому образу жизни? // Научные труды студентов России, 2006.

– Режим доступа: <http://www.cs-alternativa.ru/text/2051> (20 нояб. 2009).

\* \* \*



## УПРАВЛЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ

---

О.И. Алексеева

Управления подготовкой высококвалифицированных пловцов предусматривает использование информации о состоянии спортсменов, анализа полученной информации, подбора наиболее эффективных средств и методов спортивной тренировки. Достичь высоких результатов можно не столько за счет развития отдельных компонентов подготовленности пловца, сколько путем гармонизации моторики, функций и систем организма спортсмена.

Для оценки специальной подготовленности пловцов в работе использован автоматизированный стенд «АРТ», разработанный в секторе функциональной диагностики СПбНИИФКа (Клешнев И.В., Черенина С.В., Петряев А.В., 2000). Это высокотехнологичное тренировочное средство использовалось при совершенствовании техники гребковых действий, повышения специальной силовой и функциональной подготовленности пловцов. Стенд «АРТ», открывает совершенно новые перспективы специальной тренировки – позволяет воспроизводить инновационные режимы двигательной деятельности; по биодинамическим и энергетическим параметрам моделировать рабочую деятельность пловца.

Использование в комплексе газоанализатора «Beckman» и кардиомонитора «Polar Electro Accurex Plus», позволяет дозировать нагрузку и проводить оценку биомеханических, физиологических, энергетических параметров плавательных движений.

В проведенных пилотажных исследованиях, где участвовали квалифици-

рованные пловцы, МС n=14 чел., оценивались показатели усилия, скорости и мощности гребковых движений в разных тестах: 10 гребков с максимальной интенсивностью, в 1-минутном соревновательном упражнении, в ступенчатом тесте 10 раз по 1-й минуте с повышающейся мощностью. Это позволило определить скоростно-силовой резерв пловцов, соревновательные усилия и мощность, характер распределения усилий и мощности в цикле гребковых движений, эффективность функциональных систем и мощность плавательных движений во всех пульсовых зонах (см. табл.).

На рисунке представлен результат оценки функциональной подготовленности пловца, полученные с использованием компьютеризованного диагностического стенда «АРТ».

Исследования показали широкий спектр оцениваемых параметров. Диапазон внутрицикловых усилий пловцов составил от 131 до 224 Н, средняя мощность в цикле от 156 до 352 Вт, мощность в опорной фазе до 611 Вт, в пиковых значениях усилия достигали 316 Н.

В ходе исследований установлено, что выполнение гребковых движений с заданной мощностью и динамической структурой, а так же в строго фиксированных зонах энергообеспечения существенно повышает эффективность специальной подготовки пловцов сборной команды СПбГУЭФ, куда входят элитные спортсмены – заслуженные мастера спорта Г. Фалько, А. Гречин и др.

Таблица. Оценка функциональной подготовленности пловцов  
высокой квалификации

Результаты тестирования функциональной подготовленности.					
		Спортсмен:	Гречин А.		
		Масса (кг):	78	79	
		Дата:	16.10.2007	10.11.2008	
				Тренд	
1	ЧСС порога аэробного обмена (1/мин)		122	146	12,0%
2	ЧСС порога анаэробного обмена (1/мин)		152	159	4,6%
3	ЧСС максимального потребления O <sub>2</sub>		208	204	-1,9%
4	Потребление O <sub>2</sub> на уровне ПАНО 1 (мл/мин/кг)		12,5	22	76,0%
5	Потребление O <sub>2</sub> на уровне ПАНО 2 (мл/мин/кг)		18,1	28,1	55,2%
6	Максимальное потребление O <sub>2</sub> (МПК) (мл/мин/кг)		39,7	42	5,9%
9	1-ый уровень специальной аэробной подготовленности (ПАНО 1/МПК)		31,5%	52,4%	66,2%
10	2-ой уровень специальной аэробной подготовленности (ПАНО 2/МПК)		45,6%	66,9%	46,6%
11	Потребление O <sub>2</sub> при ЧСС120 (мл/мин/кг)		9,7	14,7	51,5%
12	Потребление O <sub>2</sub> при ЧСС 140 (мл/мин/кг)		15,8	22	39,2%
13	Потребление O <sub>2</sub> при ЧСС 155 (мл/мин/кг)		20,9	27,2	30,1%
14	Потребление O <sub>2</sub> при ЧСС 170 (мл/мин/кг)		23,1	29,3	26,8%
15	Потребление O <sub>2</sub> при ЧСС 180 (мл/мин/кг)		26,4	30,9	17,0%
16	Потребление O <sub>2</sub> при ЧСС 185 (мл/мин/кг)		29,2	36,7	25,7%
17	O <sub>2</sub> стоимость мощности (мл/мин/кг)/Вт)		0,16	0,23	39,9%
18	O <sub>2</sub> стоимость пульса (мл/мин/кг)/уд/мин)		0,39	0,35	-9,5%
19	Потребление O <sub>2</sub> при мощности 50 Вт (мл/мин/кг)		10,3	11,9	15,5%
20	Потребление O <sub>2</sub> при мощности 80 Вт (мл/мин/кг)		12,8	15,8	22,9%
21	Потребление O <sub>2</sub> при мощности 100 Вт (мл/мин/кг)		14,9	19,1	28,1%

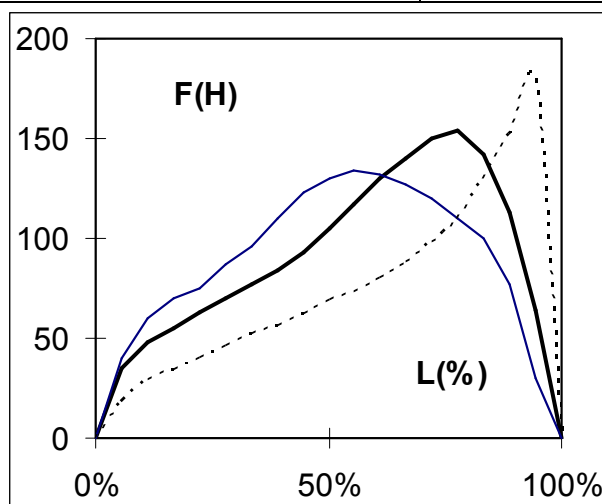


Рис. Распределение усилий в цикле гребкового движения:  
— аутсайдеры; — лидеры; ---- модельные параметры.

Результаты проведенных исследований показали, что повышение уровня отдельных зон мощности в процессе тренировки должно осуществляться не до максимальных пределов, а до определенного уровня, который не нарушает оптимальную структуру этих зон. Это связано с рациональным использованием адаптационных ресурсов организма.

Для коррекции параметров скоростно-силовой подготовленности использовался силовой режим работы стенда «АРТ», соответствующий плаванию с дополнительным сопротивлением, а также скоростной режим, соответствующий плаванию с меньшим, чем реальное сопротивление тела пловца, позволяющий совершенствовать скоростной компонент гребка.

Результаты эксперимента показали, что при 2-х разовых тренировках на тренажере по 20 мин. в течение 7 недель, индивидуальные динамические параметры гребковых движений приблизились к модельным, а улучшение результатов пловцов, составило от 0,8 до 5,2%.

Анализ уровня и структуры функциональной подготовленности спортсменов выявил взаимосвязь со спортивным результатом показателей средней цикловой мощности, при фиксированных значениях ЧСС. Мощность, показанная при ЧСС=155 уд/мин и при ЧСС=170 уд/мин имела достоверную связь с занятым местом ( $r = - 0,61$ ) ( $r = - 0,56$ ).

Рассчитанные значения пульсовой стоимости нагрузки, показывающие, на какое значение увеличивается ЧСС, при прибавке выполняемой мощности на 1 Вт, имели достоверные корреляционные связи с занятым местом ( $r=0,55$ ). Этот показатель, определяемый как на всем диапазоне тестирования, так и в различных пульсовых зонах, характеризует экономичность и эффективность систем энергообеспечения пловцов.

#### **Литература:**

Клешнев И.В., Черенина С.В., Петряев А.В. Оценка физиологических параметров и специальной выносливости спортсменов в ступенчатом тесте: Методические рекомендации. – СПб.: СПбНИИФК, 2000. – 36 с.

\* \* \*

Д.Н. Давиденко, Т.В. Платонова

Экологическая культура и культура здоровья человека – важнейшие составляющие общей культуры человека. Взаимопроникновение и тесная взаимосвязь этих двух культур очевидна. Если наиболее важные аспекты экологической культуры человека всем хорошо известны, то в отношении культуры здоровья лишь сейчас формируются основные представления. По нашему мнению, под культурой здоровья следует понимать созданные человеком ценности, формирующие такой способ жизнедеятельности человека, в котором соблюдаются научно обоснованные социальные и биологические принципы здорового образа жизни (ЗОЖ).

Следует иметь в виду, что проблемы экологии и здорового образа жизни изучаются многими специалистами в медицине, биологии, валеологии, педагогике, теории физической культуры и др.

В нашем исследовании была поставлена задача оценки освещения и реализации вопросов по здоровому образу жизни в общеобразовательных школах г. Санкт-Петербурга. Работа проводилась в 2007-2008 гг. при поддержке Комитета народного образования. В рамках Концепции модернизации образования, для обеспечения высокого качества подготовки выпускников общеобразовательных школ были организованы курсы для педагогов по ЗОЖ.

На курсах читались лекции по ЗОЖ. Педагогам была предложена анкета из 17 вопросов с целью выявления: уровня экологического воспитания в школе; необходимости изучения преподавательским составом школы основ ЗОЖ и экологических знаний и эффективного экологического воспитания; взаимосвязи экологического воспитания с нравственными навыками в общей

проблеме здорового образа жизни. Были проанкетированы 52 человека (в основном директора, завучи школ, ведущие учителя классов) из пяти районов города.

Статистическая обработка данных анкетирования в виде корреляционной матрицы представлена в таблице 1, в которой указаны только статистически значимые связи между отдельными показателями.

Определились многочисленные взаимосвязи между избранными нами различными показателями здорового образа жизни (см. рис. 1).

Так, оценки общего уровня экологического воспитания оказались в значимой взаимосвязи с отношением учащихся к экологическим ценностям и успехами в преподавании и усвоении физической культуры, а также с показателями практических мероприятий по здоровому образу жизни и с эффективностью экологического воспитания и др.

Уровень экологического воспитания в школе, безусловно связанный с соответствующей квалификацией учителей, их личных убеждений о необходимости такого воспитания естественно определяет отношение к нему учащихся ( $r=0,53$ ;  $p < 0,01$ ). При этом можно говорить и об эффективности воспитывающего обучения, так как и уровень проведения педагогических мер и отношение учащихся к экологическим ценностям оказались в корреляционных связях с показателями рассмотрения проблем ЗОЖ в таких учебных дисциплинах, как естествознание, биология ( $r=0,31$ ) и даже история, литература ( $r=0,3$ ). Значимая взаимосвязь успешности экологического воспитания определилась и со сведениями о занятиях физической культурой.

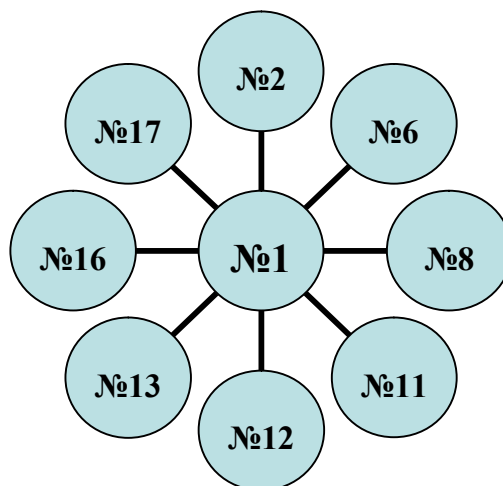


Рис. 1. Основание плеяды показателей здорового образа жизни вокруг успешности экологического воспитания в школе.

Обозначение показателей на рис 1: №1 – уровень успешности экологического воспитания в школе (основание плеяды); №2 – отношение учащихся в школе к экологическим ценностям ( $r=0,53$ ); №6 – влияние изучения естествознания и биологии на проблемы ЗОЖ ( $r=0,32$ ); №8 – влияние занятий физической культуры на проблемы ЗОЖ ( $r=0,37$ ); №11 – уровень проводимых практических мероприятий в формировании здорового образа жизни (выезды за город, наличие секций, кружков, связанных с ЗОЖ, обеспечение двигательной активности) ( $r=0,3$ ); №12 – реальные практические мероприятия в плане экологического воспитания, проводимые в школе ( $r=0,61$ ); №13 – взаимосвязь формирования ЗОЖ и патриотического воспитания ( $r=0,33$ ); №16 – отношение школьников к вопросам экологии ( $r=0,36$ ); №17 – отношение школьников к патриотическим ценностям ( $r=0,33$ ).

Значимые корреляции определились между оценками отношения учащихся к экологическим ценностям и показателями взаимосвязи экологического воспитания с нравственным; со сведениями о занятиях физической культурой; с пожеланиями необходимости изучения положений здорового образа жизни (ЗОЖ) самими преподавателями; со сведениями о проведении в школах реальных практических мероприятий по освоению ЗОЖ; о наличии единства личных и общественных интересов в стремлении к ЗОЖ; с наличием позитивной тенденции в отношениях школьников к вопросам экологии и к патриотическим ценностям (см. рис. 2)

Определились также заметные взаимосвязи показателей выраженности единства общественных и личных интересов у школьников в аспектах здорово-

го образа жизни с некоторыми другими результатами проведенного нами опроса (см. рис. 3).

Корреляции рассматриваемого показателя единства общественных и личных интересов оказались выраженными с общим отношением к экологическим ценностям ( $r=0,60$ ). Это подчеркивает высокую социальную сущность здорового образа жизни. Действительно, и общественное, и личное в нем сочетается достаточно тесно. Об этом могут свидетельствовать тысячи различных примеров. Так, человек выкуривает сигарету за сигаретой в тесном помещении, где находятся некурящие. Он не считается с их стремлением к ЗОЖ. В другом случае – отдыхающие в лесочке засоряют его остатками пищи, бутылками и различным хламом и т.п. Логична корреляция оцениваемого показателя также

с рассмотрением его сущности на занятиях по гуманитарным, общественным дисциплинам, в том числе на основе обращения к патриотическим

чувствам. Любить Родину – это значит также заботиться об экологическом состоянии ее территории: городов, сел, лесов, рек, озер и др.

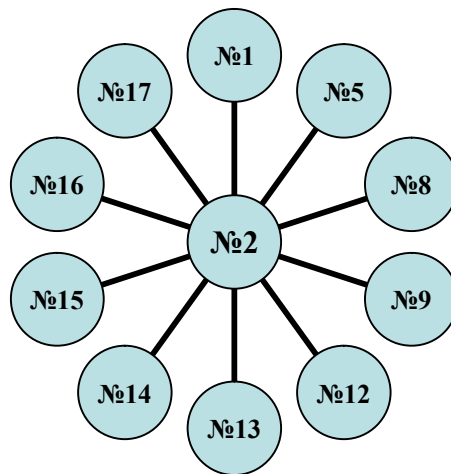


Рис. 2. Основание плеяды вокруг показателей отношения учащихся к экологическим ценностям.

Обозначение показателей на рис. 2: №2 – отношение учащихся в школе к экологическим ценностям (основание плеяды); №1 – уровень успешности экологического воспитания в школе ( $r=0,53$ ); №5 – мера взаимосвязи экологического воспитания с нравственным воспитанием в общей проблеме здорового образа жизни ( $r=0,33$ ); №8 – вопросы здорового образа жизни на уроках физической культуры ( $r=0,43$ ); №9 – нуждается ли преподавательский состав школы в изучении здорового образа жизни ( $r=0,30$ ); №12 – реальные практические мероприятия в плане экологического воспитания, проводимые в школе ( $r=0,46$ ); №13 – взаимосвязи формирования ЗОЖ и патриотического воспитания ( $r=0,45$ ); №14 – единство общественных и личных интересов в аспектах здорового образа жизни у школьников ( $r=0,60$ ); №15 – как за последние годы изменилось отношение школьников к здоровому образу жизни ( $r=0,55$ ); №16 – отношение школьников к вопросам экологии ( $r=0,58$ ); №17 – отношение школьников к патриотическим ценностям ( $r=0,40$ ).

Единство общественных и личных интересов в аспектах здорового образа жизни проявляется и на занятиях физической культурой (см. рис. 3). Действительно, укрепление здоровья в ходе разносторонних физических упражнений, закаливания, правильного питания, режима труда и отдыха – это не только личное дело, а процессы, имеющие высокое социальное, общественное, государственное значение. Хорошо, что

мнения учителей различных учебных дисциплин связано с осознанием высокой роли физической культуры. Участники обсуждения данной проблемы выразили мнение, что целесообразно ставить вопрос о еще большей целенаправленности различных учебных дисциплин школьной программы на формирование стремления к здоровому образу жизни.

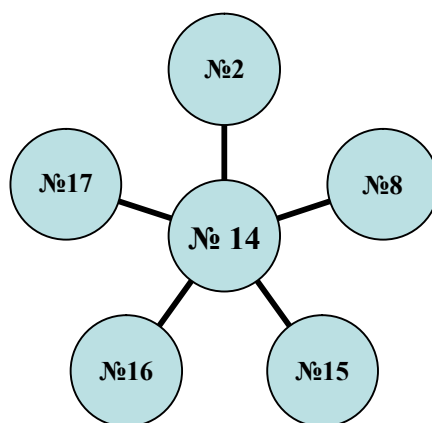


Рис. 3. Основание плеяды вокруг показателей сочетания общественных и личных интересов по здоровому образу жизни.

Обозначение показателей на рис. 3: №14 – единство общественных и личных интересов в аспектах здорового образа жизни у школьников (основание плеяды); №2 – отношение учащихся в школе к экологическим ценностям ( $r=0,60$ ); №8 – проблемы здорового образа жизни рассматриваются на уроках физической культуры ( $r=0,36$ ); №15 – отношение школьников к здоровому образу жизни ( $r=0,75$ ); №16 – отношение школьников к вопросам экологии ( $r=0,50$ ); №17 – отношение школьников к патриотическим ценностям ( $r=0,31$ ).

В результате анкетного вопроса и индивидуальных бесед с директорами общеобразовательных школ, заведующими их учебной частью и преподавателями различных дисциплин были оценены некоторые особенности их взглядов на проблемы экологического воспитания и здорового образа жизни. Участники исследования отметили тесные взаимосвязи этих понятий. Были выявлены корреляции отношений к вопросам экологии с нравственными и патриотическими ценностями. В аспектах воспитывающего обучения раскрываются возможности передачи информации о здоровом образе жизни и нравственных отношениях к экологии. В данном аспекте играют свою роль такие дисциплины,

как естествознание, биология, а также литература, история и др.

Участники опроса полагают, что такая информация может быть усилена и более целенаправленно, без ущерба для содержания ряда учебных дисциплин. Она может становиться их практическим выражением. Позитивные оценки получили практические мероприятия по экологическому воспитанию, проводимые в ряде школ, что заслуживает более широкого распространения. Важно отметить, что сами учителя нуждаются в получении и усвоении знаний по экологии и здоровому образу жизни. Экологическое воспитание и стремление к здоровому образу жизни справедливо рассматриваются в единстве личных и общественных интересов.

\* \* \*

## АСИММЕТРИИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ

---

**В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, В.С. Степанов**

Несмотря на значительное количество работ, рассматривающих влияние асимметрии физического развития и двигательных действий на организм спортсмена и их спортивные результаты, как у тренеров, так и у специалистов в области спортивной науки единой точки зрения в этом вопросе не существует, хотя многие признают, что значительная асимметрия физического развития организма спортсмена отрицательно влияет на его спортивно-технические результаты (Попов В.А., 1980). Другие считают допустимым и естественным наличие оптимальной асимметрии в строении и функциях организма спортсмена, полагая, что различная степень асимметрии есть одно из проявлений вариаций строения и функционирования человеческого тела. Расценивая асимметрию конечностей как вполне естественное явление, они считают, что добиваться полного функционального и морфологического равенства их не следует, ибо незначительная асимметрия обусловлена наследственными предрасположениями, трудовой специализацией человека и результатом воспитания, включая и физическое (Медников Р.Н., 1973; Фанагорская Т.П., 1964). Так М.Ф. Иваницкий (1959) полагает, что наличие некоторой асимметрии строения и функций у человека обуславливает достижение большей точности, скорости и силы движений.

Данными своих исследований Н.А. Розе (1970) показала, что с возрастом у человека увеличивается асимметрия тремора рук и одновременно улучшается их координация.

А.А. Логинов (1972) считает, что "...высококоординированное и строго целенаправленное движение возможно только при условии оптимального пре-

имущества в его осуществлении врожденной (асимметрия функций) или специально тренированной (функциональная асимметрия) ведущей стороны".

В.М. Лебедев и Р.Н. Медников (1971) полагают, что педагогическая практика равнозначных требований к моторным функциям правой и левой стороны тела, попытки сглаживания, "подгонки" моторных функций той и другой стороны тела не оправданы, так как могут нарушить функционально закрепленные градации управления и привести живую систему в состояние "равнозначности" регулирующих элементов, что затруднит сам процесс регулирования, в том числе и двигательный. Традиционные взгляды о желательности равнозначного владения конечностями в спортивных движениях больше отражают наше отношение к окружающему, чем учитывают реально сложившиеся ситуации, закрепленные эволюцией (Лебедев В.М., 1972, 1975).

Однако подавляющее большинство авторов высказывают мысль о необходимости гармонического развития тела человека. Так, отставание в развитии отдельных мышечных групп может привести к несовершенству двигательной структуры выполняемого упражнения, к невозможности использовать сильное звено двигательного аппарата в целостном движении (Поцелуев А.А., 1951;1965; Виноградов М.И., 1966; Себастьян П.Дж., 1970, 1971; Тихонов В.Н., 1973; Шапошникова В.И. с соавт., 1973; Кузнецов А.И., 1974). Например, даже в циклических симметричных движениях, как бег, поднятие штанги, плавание, гребля, лыжный спорт, прыжки на лыжах с трамплина и т.д. "слабейшая" конечность быстрее утомляется и в большей степени влияет



на снижение работоспособности спортсмена, чем “сильнейшая” (Крестовников А.Н., 1951; Остроух Я.Н., 1973; Батурин К.А. с соавт., 1979.). “Ведущая” конечность совершает большую работу и большее по амплитуде и силе движение в симметричных упражнениях. Это нарушает ритмичность и прямолинейность движения, ведет к затрате энергии на его корректирование. Значительная асимметрия снижает дальность прыжка на лыжах с трамплина и ухудшает технику выполнения упражнений в акробатике, прыжках на батуте, плавании, горнолыжном спорте (Крестовников А.Н., 1951; Себастьян П.Дж., 1971; Тихонов В.Н., 1973; Шапошникова В.И. с соавт., 1973; Левицкий В.В., 1978; Попов В.А., 1980; Пенигин С.И., 1982). Все это характеризует асимметрию как фактор, отрицательно влияющий на результаты в целом ряде видов спорта, и подтверждает мысль о необходимости симметричного развития организмов спортсменов (Спиридонов К.Н., 1959-1964).

В.Ф. Масюта (1956) нашел, что гимнасты, умеющие выполнять движения в обе стороны, имели лучшие результаты в симметричных упражнениях. Кроме того, изучение асимметричных упражнений в обе стороны способствовало развитию большего числа двигательных навыков, в результате чего повысилась эффективность освоения новых движений.

Э.Х. Амбаров (1969) показал, что применение симметричных нагрузок в тренировке прыгунов в высоту способствовало их гармоническому развитию и выравниванию функциональной асимметрии нижних конечностей. В результате увеличилась сила нижних конечностей, улучшилась двигательная координация той и другой ноги, наблюдался рост результатов.

П.Дж. Себастьян (1971), используя асимметричную нагрузку в тренировке бегуний на средние дистанции, достиг снижения у них асимметрии силы ниж-

них конечностей, увеличения скорости бега и роста спортивных результатов.

А.А. Поцелуев (1951) в результате применения специальной программы в тренировке школьников - спортсменов, включающей ряд целостных вспомогательных упражнений специально для отстающей руки, добился более совершенного развития ее, что способствовало росту результатов в симметричных упражнениях.

Таким образом, при выполнении многих упражнений, уменьшение асимметрии физического развития и двигательных действий спортсменов повышает их специальную работоспособность и способствует более успешному выступлению на соревнованиях.

Мышечная деятельность, особенно тренировочного характера, является мощным стимулирующим средством в развитии и росте человеческого организма. Поэтому воздействие физических нагрузок, в зависимости от методики их применения, может оказаться как равномерным, так и неравномерным на те или иные части тела и органы спортсменов (Иваницкий М.Ф., 1965; Кураченков А.И. с соавт., 1965; Лебедев В.М., Медников Р.Н., 1970; Фарфель В.С., 1959; Starosta W., 1963, 1979; Blajet H., 1979). Это доказывает возможность и реальность направленного воздействия на характер и степень выраженности морфологической и функциональной асимметрии организма спортсменов. Так, показано, что коэффициент ( $K_{AC}$ ) асимметрии величина лабильная и под воздействием направленной тренировки может значительно изменяться в ту или иную сторону (Доля Г.В., 1973; Ильин Е.П., 1962, 1965; Krotkiewski W. et al., 1979).

Г.В. Доля (1973) нашла, что доминирующая нагрузка на одну ногу в тренировке прыгунов привела к снижению коэффициента асимметрии на 2,89 %; равная же нагрузка вызвала увеличение коэффициента асимметрии на 0,78%.

При резко выраженной морфологической и функциональной асимметрии конечностей увеличение нагрузки на отстающую в росте конечность способствует усилению кровообращения и ускорению протекания общих и местных обменных процессов. Этим можно добиться выравнивания асимметрии за счет усиленного роста “отстающей” конечности. Путем увеличения объема общей физической подготовки (ОФП) и рационального построения специальной тренировки с акцентом на разнообразие, можно предотвратить дисгармоническое развитие и содействовать правильному всестороннему развитию спортсмена (Кураченков А.Л., Вингергальтер О.В., 1964).

Большинство авторов считает, что наиболее удобным возрастом для исправления асимметрии является детский и юношеский (А.А. Поцелуев, 1951; Доль Г.В., 1973). Э.Х. Амбаров (1969) полагает, что над исправлением асимметрии необходимо работать постоянно и в любом возрасте. Этой же точки зрения придерживается В. Староста (1963), П.Дж. Себастьян (1971).

Для направленного воздействия на асимметрию рекомендуется использовать те же упражнения, что и в ходе обычного тренировочного процесса. Однако, если в подготовительном периоде наиболее эффективно применение упражнений статического характера, то по мере приближения соревновательного сезона они должны принимать более динамический и близкий по структуре соревновательному упражнению характер (Себастьян П.Дж., 1971). Успех направленной тренировки зависит от соответствия специально разработанной программы характеру и степени выраженности асимметрии у данного индивидуума (Староста В., 1963; Поцелуев А.А., 1951,1965; Степанов В.С., 1985). Для этого необходимо провести тща-

тельное медико-биологическое и педагогическое обследование спортсменов. Следует отметить, что исправление асимметрии возможно лишь при применении асимметричных нагрузок. Это объясняется тем, что каждая конечность в симметричных упражнениях работает в зоне своего “оптимума”, который оказывается одинаковым для обеих парных конечностей. Однако вследствие того, что исходный фон, отражающий преобладание одной из них, у обеих конечностей неодинаков, разница в их развитии остается и сглаживание асимметрии не происходит (Ильин Е.П., 1966; Фанагорская Т.П., 1964). Учитывая это, большое внимание следует уделять дозировке упражнений для каждой конечности.

В практике физической культуры и спорта необходимо применение таких методических приемов, которые способствовали бы гармоническому развитию организма спортсмена, расширению его двигательных возможностей, что позволило бы достичь более высоких спортивных результатов (Поцелуев А.А., 1951,1965; Фанагорская Т.П., 1964; Амбаров Э.Х., 1969; Березин Г.П., 1976; Донской Д.Д., Зациорский В.М., 1979).

Следовательно, асимметрия физического развития и двигательных действий спортсменов считается как положительным, так и отрицательным явлением в спорте. В тех видах спорта, где сказывается ее отрицательное влияние, сглаживание латерального доминирования повышает эффективность выполнения спортивного упражнения и позволяет добиться более высоких спортивных результатов. Вместе с тем, нерешенными остаются вопросы о конкретных способах дозирования направленной нагрузки, что требует дальнейшей разработки этой темы.

\* \* \*