

Таблица 1

Динамика психофизиологических показателей подводников под воздействием применяемых упражнений по итогам похода ($\bar{x} \pm m$)

Показатели	ЭГ		КГ	
	Начало	Окончание	Начало	Окончание
Оперативная память (балл)	5,8±0,3	6,9±0,2*	5,5±0,3	5,3±0,4*
Логичность мышления (балл)	5,7±0,3	6,8±0,2*	5,5±0,3	5,8±0,3
РДО (количество точных реакций)	25,1±0,4	32,7±0,3*	24,2±0,4	25,7±0,5
Скорость переработки информации (балл)	5,8±0,3	6,7±0,3	5,2±0,4	4,7±0,3*
Устойчивость внимания (балл)	6,4±0,3	7,5±0,2	5,9±0,3	6,3±0,3
Переключение внимания (балл)	5,6±0,3	6,5±0,3*	5,2±0,2	5,5±0,3*
Простая сенсомоторная реакция (мс)	180±3	162±4	195±5	202±5*
Сложная сенсомоторная реакция (мс)	248±8	212±5*	252±8	265±6

Примечание: * – различия достоверны по сравнению с данными, полученными в начале похода при $p < 0,05$.

ВЫВОДЫ

Использование упражнений гидроатлетизма в целях поддержания работоспособности моряков-подводников длительном походе является наиболее эффективным средством, способствующим успешному решению профессиональных задач операторского профиля по управлению кораблем и оружием. Содержание комплексов водного тренинга поддерживающей направленности должны подбираться в соответствии со специфическими принципами гидроатлетизма.

ЛИТЕРАТУРА

1. Тренажеры для физической подготовки плавсостава / С.Г. Терещенко, Л.А. Морозов, А.Ю. Гавриков, В.Н. Носов // Морской сборник. – 1988. – № 10. – С. 41-45.
2. Черняк, С. В. Психофизиологические аспекты профессиональной деятельности моряков-подводников ВМФ России / С.В. Черняк // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. – 2008. – № 2. – С. 65.

REFERENCES

1. Tereshchenko, S.G., Morozov, L.A., Gavrikov, A.U. and Nosov V.N. (1988), “Training apparatus for physical training of seafarers”, *Maritime bulletin*, No. 10, pp. 41-45.
2. Chernyak, S.V. (2008), “Psychophysiological aspects of the professional activity of submariners of the Russian Navy”, *Actual problems of physical training of the security forces*, No. 2, p. 65.

Контактная информация: o-pony@mail.ru

Статья поступила в редакцию 25.01.2016

УДК 796.071.4

ВЛИЯНИЕ ПРОЕКТИРОВАНИЯ СОБСТВЕННОЙ ТРАЕКТОРИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ТРЕНЕРОВ ПО РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ СПОРТА

*Константин Николаевич Пружинин, кандидат педагогических наук, доцент,
Марина Викторовна Пружинина, кандидат педагогических наук, доцент,
Иркутский государственный университет (ИГУ), Иркутск*

Аннотация

В статье представлены результаты апробации лично-ориентированной образовательной программы повышения квалификации специалистов в области физической культуры и спорта Иркутской области. Программа основана на уровневой и профильной дифференциации обучения, с учетом профессиональной подготовленности, запросов и предпочтений, а также возрастных социальных и психологических особенностей слушателей на курсах повышения квалификации.

Ключевые слова: многоуровневые технологии, профессиональная подготовка, специалисты в области спорта, профессиональное развитие.

INFLUENCE OF THE OWN PROFESSIONAL CAREER PROJECTION ON EFFECTIVENESS OF TRAINERS QUALIFICATION INCREASING IN VARIOUS KINDS OF SPORTS

*Konstantin Nikolaevich Pruzhinin, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Marina Viktorovna Pruzhinina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Irkutsk State University, Irkutsk*

Annotation

The article presents the testing results of the experts-oriented educational training curricular for professionals in the field of physical culture and sports of the Irkutsk region. The program is based on the level and profile differentiation of the training, taking into account the professional preparedness, requests and preferences, as well as age-related social and psychological characteristics of students.

Keywords: multi-level technology, training, specialists in the field of sports, professional development.

ВВЕДЕНИЕ

В Стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2020 года отмечается, что для решения задач кадрового обеспечения развития физической культуры и спорта, в частности, необходимо совершенствовать систему повышения квалификации специалистов в области физической культуры и спорта, профессиональной переподготовки с использованием современных средств и методов, а также сформировать многоуровневую систему непрерывной подготовки тренерско-преподавательского состава [1].

Использование многоуровневых технологий, на наш взгляд, предполагает последовательное изучение учебного материала на определенном уровне усвоения при продвижении по индивидуализированному маршруту в процессе обучения на этапе совершенствования профессиональной подготовки специалистов в области физической культуры и спорта [2].

По нашим многолетним наблюдениям профессиональное развитие специалиста в области физической культуры и спорта во многом зависит от эффективности содержания и организации курсов повышения квалификации с учетом конкретных данных об уровне их профессиональной подготовленности, запросов и предпочтений, а также возрастных социальных и психологических особенностей [3, 4, 5].

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Теоретический анализ и экспериментальная проверка (2008-2014) позволила нам выбрать технологию составления индивидуальной траектории продвижения при обучении в системе повышения квалификации специалистов в области физической культуры и спорта Иркутской области. Это возможно при соблюдении следующих условий: необходимо было наполнить содержание разделов модулей программ таким образом, чтобы они были независимы друг от друга, т.е. самостоятельны, но в тоже время могли комбинироваться с модулями других программ. Каждый модуль состоял из нескольких разделов, вариативные модули предлагались исходя из выявленных посредством анкетирования индивидуальных потребностей. Одинаковые модули, вошедши в разные составляющие одной траектории обучения, не дублируются и остаются в том звене траектории, в который удобнее их поместить, исходя из практических соображений.

Опираясь на требования к условиям и результатам дополнительных профессиональных образовательных программ, слушателям предлагались готовые варианты траекторий, или модули и объемы, из которых они «конструировали» самую оптимальную для себя траекторию обучения (рисунок 1).

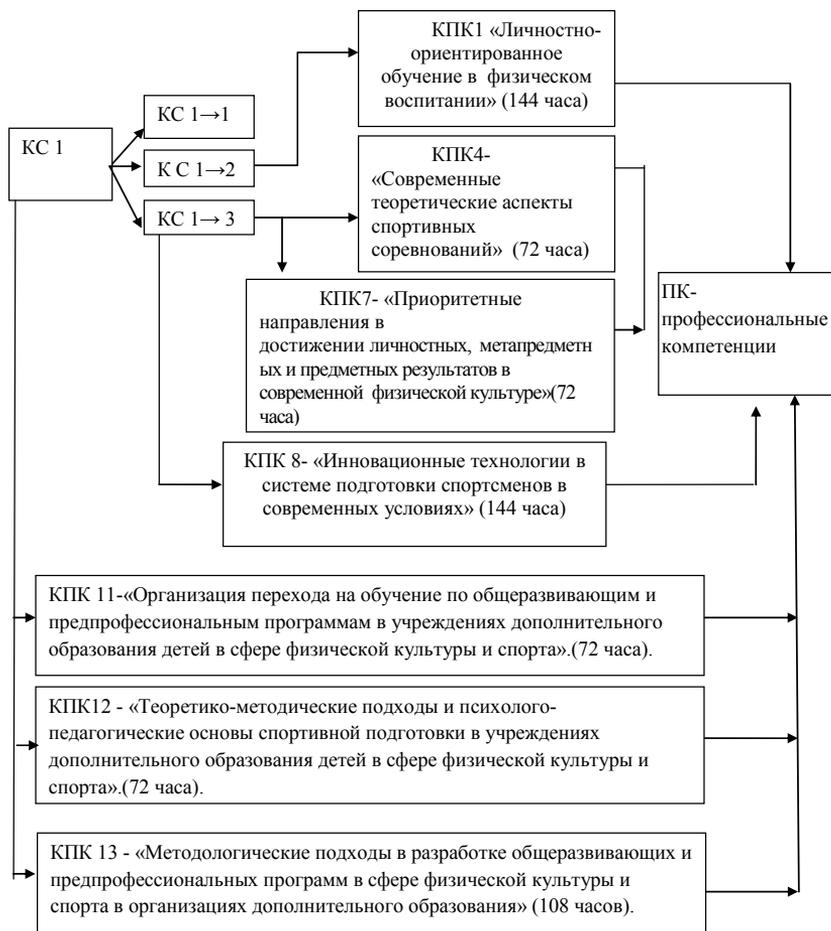


Рис.1. Индивидуальные групповые траектории слушателей курсов повышения квалификации (тренеры)

После определения составляющих образовательной траектории, выстраивалась индивидуальная «маршрутная карта» на основе непрерывной профессиональной подготовки специалистов в области физической культуры и спорта на этапе совершенствования профессионального образования, включая инновационные подходы, технологии, приближая их к реальным потребностям жизни. Таким образом, была решена уровневая и профильная дифференциация обучения на курсах повышения квалификации.

Оценка эффективности курсовой подготовки в системе повышения квалификации вызывает много противоречивых толкований. Большинство учреждений занимающихся повышением квалификации применяют формы контроля принятые в высших учебных заведениях (анкетирование, собеседование, зачеты, экзамены). Эти контрольные мероприятия несут различную по цели нагрузку. Диагностические возможности учебного процесса способствуют превращению самоанализа и анализа педагогической деятельности в показатель профессионализма и, как следствие, качество курсовой подготовки. Выявление потребностей и ожиданий специалистов в области физической культуры и спорта «на входе» и «выходе» дает возможность диагностировать показатели повышения квалификации.

После окончания курсов каждый обучающийся сдает квалификационный экзамен, для оценки уровня профессиональной компетентности в системе повышения квалифика-

ции.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В результате проведенного исследования среди специалистов в области физической культуры и спорта Иркутской области, прошедших курсы повышения квалификации в период с 2008-2014 год были получены результаты. Для удобства обработки и описания результатов были использованы следующие названия (по необходимости объединяющиеся и варьирующиеся между собой): ВК/ИК – входной и итоговый контроль (тестирование), О – общий результат контроля по всем разделам (ПП – психолого-педагогический раздел; ПР – профильный раздел (теория и методика физической культуры, спортивная тренировка)).

Для нас представляло интерес рассмотреть эффективность внедренных педагогических технологий с учетом профессиональной принадлежности участников эксперимента. Выявление различий «до» и «после» осуществлялась с помощью t-критерия (критерий Стьюдента) для двух зависимых выборок, по всей исследуемой выборке. Таким образом, рассматривая показатели категории «тренеры», были получены следующие результаты. Результаты парных t-тестов для зависимых выборок по категории «тренеры» полученные в начале эксперимента и в конце (входной и итоговый контроль – общий результат контроля по всем разделам), далее психолого-педагогический раздел, и профильный раздел. Значения t-критерия во всех трех парах 3.2, 16.6 и 13.3 соответственно, для числа степеней свободы $df=118$ больше критического значения (в нашем случае критическое значение $t = 1.984$ для числа степеней свободы $df=100-119$). Следовательно, средние значения в группах на начало эксперимента и после различаются. Уровень значимости $p < 0.001$ для всех трех пар показывает, что результаты в начале и в конце эксперимента для данной категории специалистов (тренеры) статистически высокозначимые. В общем результате контроля по всем разделам показатели выросли ($t=23.2$).

Наименьшая положительная динамика в профильных разделах («Теория и методика физической культуры и спорта», «Спортивная тренировка») на наш взгляд связана с тем, что специалисты в силу специфики профессиональной деятельности поддерживают и совершенствуют знания, полученные в физкультурных ссузах и вузах. И как следствие показатели по профильным разделам менее других увеличились. Тогда как, по психолого-педагогическому разделу показатели существенно улучшились ($t=37.4$) (рисунки 2 и 3).

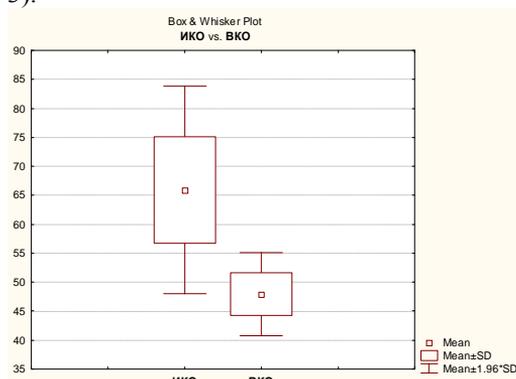


Рис. 2. Графический результат t-теста для двух зависимых выборок ИКО и ВКО для категории «тренеры». (Mean – среднее значение по выборке, SD – стандартное отклонение $Mean \pm SD$ – разброс значений вокруг среднего)

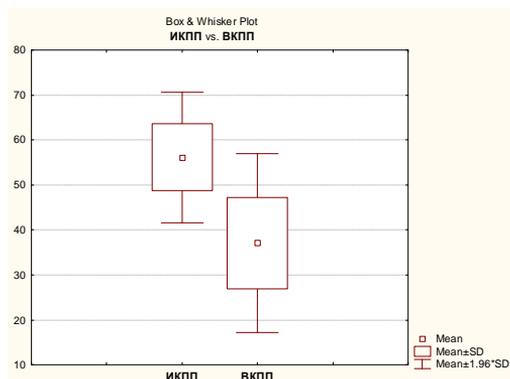


Рис. 3. Графический результат t-теста для двух зависимых выборок ИКПП и ВКПП для категории «тренеры». (Mean – среднее значение по выборке, SD – стандартное отклонение $Mean \pm SD$ – разброс значений вокруг среднего)

ВЫВОДЫ

Таким образом, можно сделать заключение, что система условий эффективного осуществления повышения квалификации тренеров, по различным видам спорта это личное участие слушателя в проектировании собственной траектории профессионального развития. Создание положительной психологической атмосферы, непрерывность и вариативность образовательных программ, возможность коллективной, индивидуальной и творческой деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года [Электронный ресурс] // Режим доступа : <http://www.sportspravka.com/main.mhtml?Part=356>. – Дата обращения 14.12.2014.
2. Пружинина, М.В. Личностно-ориентированное обучение в физическом воспитании на различных этапах непрерывного образования : монография / М.В. Пружинина, А.А. Кишинский, К.Н. Пружинин ; Иркутский филиал «РГУФКСМИТ». – Иркутск : [б.и.], 2013. – 214 с.
3. Пружинин, К.Н. Преимущество основных элементов системы непрерывности профессионального образования в области физической культуры и спорта / К.Н. Пружинин // Вестник Бурятского государственного университета. Физическая культура и спорт. – 2011. – Выпуск 13. – С. 117-121.
4. Пружинин, К.Н. Адаптация и социализация специалистов в области физической культуры и спорта в условиях профессионального образования : монография / К.Н. Пружинин, М.В. Пружинина ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. – Иркутск : [б.и.], 2009. – 241 с.
5. Пружинин, К.Н. Профессиональное и социальное самоопределение как основа направленности на будущую педагогическую деятельность / К.Н. Пружинин, М.В. Пружинина // Психологические, педагогические и медико-биологические аспекты физического воспитания : коллективная монография / под ред. А.П. Романчука, И.В. Мороза. – Одесса : Юридична література, 2014. – С. 136-147.

REFERENCES

1. The Development Strategy of Physical Culture and Sports for the Period up to 2020, available at: <http://www.sportspravka.com/main.mhtml?Part=356>.
2. Pruzhinina, M.V., Kashinsky, A.A. and Pruzhinin, K.N. (2013), Personality-Oriented Education in Physical Education at Various Stages of Continuous Formation: Monograph, "RGUFKSMIT", Irkutsk.
3. Pruzhinin, K.N. (2011), "Continuity of the Main Elements of the System of Continuing Professional Education in the Field of Physical Culture and Sport", Bulletin of the Buryat State University. Physical Culture and sport, No. 13, pp. 117-121.
4. Pruzhinin, K.N. and Pruzhinina, M.V. (2009), Adaptation and Socialization of Professionals in the Field of Physical Culture and Sports in Terms of Vocational Education: Monograph, Vsgao, Irkutsk
5. Pruzhinin, K.N, and Pruzhinina, M.V. (2014), Professional and Social Self-Determination as a Basis for the Future Direction of Teaching Activities, Psychological, pedagogical and medico-biological aspects of physical education: collective monograph, Yurydychna literature, Odessa, pp.136-147.

Контактная информация: 954959@bk.ru

Статья поступила в редакцию 16.01.2016

УДК 796.011.3

СИЛОВОЙ АТЛЕТИЗМ В СТРУКТУРЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

*Александр Альбертович Русаков, кандидат педагогических наук, доцент,
Иркутский государственный университет, г. Иркутск*

Аннотация

В статье обозначена проблема организации процесса физического воспитания студентов педагогического вуза на основе упражнений силового характера. Доминирующими задачами физи-