

анкету были внесены некоторые изменения. Они обусловлены необходимостью учета теоретической и практической подготовленности участников эксперимента.

Уже на начальном этапе было выявлено, что для подавляющего большинства участников экспериментальной группы собственное здоровье является ценностью – 90,4%. Такое распределение не характерно для участников контрольной группы, результаты которых остались неизменными – 43,6%.

Занятия более 10 часов в неделю требуют включения субъекта в организованную и самостоятельную физическую активность, 4–6 часов – в самостоятельную.

Более 12% девушек и юношей из экспериментальной группы имеют режим физической активности более 6 часов, 51,6% – 4–6 часов (допускаемый минимум), 26,1% респондентов придерживаются режима самообмана. В контрольной группе 26,8% имеют 4–6 часов физической активности, 39% – до часа, а остальные не считают необходимым двигаться.

Понимание необходимости ежедневно выполнять комплекс утренней гигиенической гимнастики, выявлено у всех участников экспериментальной и у 76,3% контрольной группы. Однако в контрольной группе 21,4% респондентов считают возможным выполнять зарядку 3–4 раза в неделю, 7,14% – 1–2 раза в неделю. В контрольной группе все респонденты придерживаются мнения о необходимости ежедневных занятий.

Позитивные изменения, произошедшие в понимании значимости физической активности, привели к изменению отношения к выполнению утренней гигиенической гимнастики. В экспериментальной группе число студентов, ежедневно выполняющих гимнастику, увеличилось с 12,0% до 46,67%, не выполняющих – сократилось с 43,9% до 3,6%. Деятельностная сторона двигательной активности оценена и по балльной шкале.

Полученные данные свидетельствуют о значительных различиях в группах оценки факторов, препятствующих формированию мотивации и активного отношения к двигательной деятельности. Исходное состояние групп характеризовалось наличием трех основных причин, приводящих к отказу от занятий физическими упражнениями и от приобщения к здоровому образу жизни:

- недостаток времени - 37,21%;
- отсутствие соответствующих условий - 25,58%;
- собственная лень - 32,56%.

В процессе эксперимента произошли изменения в позициях отрицательно влияющих факторов. Только 4,65% респондентов, пренебрежительно относившихся к ЗОЖ, изменили свое отношение – данная категория лиц не определяется (0%) ни в одной из групп; до ≈11% уменьшилось число студентов, которые указывают бытовые условия как главную причину отсутствия интересов к ЗОЖ; число респондентов, чувствующих недостаток знаний в области методики физического воспитания, возрастает и выдвигается на ведущую позицию - 25,53%.

Таким образом, в число основных препятствий для поддержания уровня физической подготовленности и здоровья в экспериментальной группе попадают технологические, проявляющиеся лишь при активном внимании к собственному здоровью.

## **МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ МЕТОДИЧЕСКИХ НАВЫКОВ И УМЕНИЙ У КУРСАНТОВ ВОЕННО-ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА В ПРОЦЕССЕ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКИ**

*Геннадий Александрович Сергеев, кандидат педагогических наук, доцент,  
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,  
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

### **Аннотация**

В статье представлена структура навыков и умений и методика их формирования у кур-

сантов военно-физкультурного вуза на занятиях по лыжной подготовке.

**Ключевые слова:** педагогические навыки и умения, лыжная подготовка, задания на методическую практику, составляющие методического мастерства.

**METHODIC OF FORMING OF CADETS' SKILLS AT MILITARY INSTITUTE IN SKIING PROCESS**

*Gennadiy Aleksandrovich Sergeev, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg*

**Abstract**

Structure of skills and capabilities and methods of their formation with cadets of Military Institute in skiing training has been considered in the article.

**Key words:** pedagogical skills and capabilities, skiing training, methods, mastering.

**ВВЕДЕНИЕ**

Для уточнения приоритетности задач и содержания дисциплины «Лыжная подготовка», ее вклада в модель выпускника военно-физкультурного вуза с учетом требований Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования (ГОС ВПО) и квалификационной характеристики (КХ) был проведен сравнительный анализ требований руководящих документов и реальной профессиональной обученности курсантов. За критерий соответствия требований ГОС ВПО и КХ был принят рейтинг задач, определенный преподавателями кафедры лыжной подготовки (в количестве 12 человек).

Таблица 1

**Определение приоритетности задач дисциплины «Лыжная подготовка» преподавателями кафедры**

| № п/п | Задачи лыжной подготовки   | Количество ответов:<br>% от числа опрошенных |      |      |      |      | Балл | Место |
|-------|--|--|------|------|------|------|------|-------|
|       |  | 1  | 2    | 3    | 4    | 5    |      |       |
| 1     | Развитие физических качеств  | 16.7   | 16.7 | 16.7 | 41.7 | 8.3  | 37   | 2     |
| 2     | Формирование специальных и военно-прикладных навыков и умений        | –  | 33.3 | 25.0 | 25.0 | 16.7 | 39   | 3     |
| 3     | Формирование педагогических навыков и умений                         | 33.3   | 25.0 | 16.7 | 8.3  | 16.7 | 30   | 1     |
| 4     | Закаливание организма, повышение резистентности, укрепление здоровья |  | 8.3  | 16.7 | 8.3  | 66.6 | 52   | 4     |
| 5     | Воспитание морально-волевых и психических качеств                    |  |      | 8.3  | 8.3  | 83.3 | 57   | 5     |

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

Разные позиции в определении приоритетности задач в процессе преподавания и изучения дисциплины подтверждают недостаточную ориентированность курсантов в модели своей подготовки.

Вся учебная информация, которая определяет уровень развития командных, методических, организаторских знаний, навыков и умений в сфере лыжной подготовки у курсантов, предполагает их успешное функционирование в качестве руководителей физической подготовки, сведена нами в систему заданий по методической практике. Организационно-методический и педагогический опыт, приобретенный в результате выполнения предыдущего задания, предполагает возможность выполнения последующего. Таким образом, вся учебная информация представляет собой систему приобретения методических навыков.

Концепция формирования профессиональной готовности предполагает гибкость этой системы, возможность планировать достижение определенных целей и задач поэтапно, по курсам обучения в вузе. Учебная практика в процессе обучения, протекаю-

шая в условиях вуза под управлением и контролем преподавателя, рассматривается как начало будущей деятельности офицера – организатора и педагога.

Опираясь на рекомендации по привитию курсантам методических и организаторских знаний, навыков и умений (В.В. Миронов с соавт., 1981; В.Г. Калашников с соавт., 1972; П.Н. Ябров, 1983), мы разработали систему заданий для курсантов на методическую практику, эта система представлена в таблице 2. Такая система, на наш взгляд, позволяет планировать и контролировать как достижение конечного результата методической подготовленности в сфере лыжной подготовки выпускника вуза, так и промежуточных уровней на различных этапах обучения. При этом часть заданий отрабатывается в ходе учебно-методических занятий, а часть - во время учебно-тренировочных.

Таблица 2

**Система заданий для курсантов на методическую практику по лыжной подготовке и лыжному спорту**

| Курс | № задания | Содержание задания  |
|------|-----------|---|
| I    | 1         | Обучение строевым приемам и действиям с лыжами и на лыжах   |
|      | 2         | Обучение обычному, одновременному бесшажному, одновременному одношажному, одновременному двухшажному ходам  |
|      | 3         | Проведение подготовительной и заключительной частей занятия   |
| II   | 4         | Проведение тренировки равномерно-переменным методом   |
|      | 5         | Обучение способам подъемов, спусков, поворотов, торможений  |
|      | 6         | Обучение боевым приемам и действиям с лыжами и на лыжах   |
| III  | 7         | Проведение судейства соревнований в качестве старшего судьи на старте, финише, заместителя начальника дистанции   |
|      | 8         | Проведение учебно-тренировочного занятия по лыжной подготовке   |
|      | 9         | Организация и проведение инструкторско-методических и демонстрационных занятий с курсантами учебных частей, командирами подразделений, с курсантами вузов |
| IV   | 10        | Организация соревнований по лыжной подготовке и лыжному спорту, судейство соревнований в роли главного судьи, главного секретаря                          |
|      | 11        | Организация и проведение тренировки интервальным, повторным и соревновательным методами   |
|      | 12        | Практическое ознакомление с судейством соревнований по биатлону, прыжкам на лыжах с трамплина, лыжному двоеборью, сноуборду, фристайлу                    |

На начальных этапах формирования командных и методических навыков и умений у курсантов 1-2 курсов методика обучения предполагала подачу материала небольшими порциями (шагами), расписанными в виде алгоритмических заданий. Такой подход базируется на принципах программированного обучения.

По мере приобретения педагогического опыта и объема сформированных навыков и умений для курсантов старших курсов применялась методика укрупнения дидактических единиц.

При оценке уровня сформированности педагогических умений у курсантов в процессе овладения ими системой заданий по методической практике применялся метод экспертной оценки. В качестве экспертов выступали преподаватели кафедры лыжной подготовки, которые оценивали значимость составляющих методической подготовленности курсантов. Оценка составляющих осуществлялась из 5 баллов. Значимость каждой составляющей определялась как средняя арифметическая величина, определенная всеми респондентами и округленная до целого числа. В экспертной оценке участвовали 12 преподавателей, из них 5 кандидатов педагогических наук, 1 профессор, 7 доцентов (табл. 3).

Практическая направленность методической подготовки должна сочетаться с усвоением курсантами фундаментальных теоретических знаний о целях, задачах, сущ-

ности, организации, принципах и методах обучения в сфере лыжной подготовки и лыжного спорта, чего мы добиваемся включением в учебный процесс лекций, групповых и самостоятельных занятий по основным разделам и темам программы.

Таблица 3

**Составляющие методического мастерства, критерии их оценки и значимость**

| № п/п | Составляющие методического мастерства  | Критерии оценки   | Значимость, балл |
|-------|--|---|------------------|
| 1     | Внешний вид                            | Форма одежды, уверенность, строевая выправка  | 1                |
| 2     | Название действия                      | В соответствии с терминологией, краткое, четкое   | 1                |
| 3     | Показ действия                         | Правильный по содержанию, оптимальный по темпу, хорошо видимый обучаемыми                                       | 3                |
| 4     | Объяснение действия                    | Ясное, полное, с выявлением главного  | 3                |
| 5     | Соблюдение последовательности обучения | Соблюдение этапности обучения, выбор метода обучения, последовательность в выполнении действий                  | 2                |
| 6     | Знание команд и управление обучаемыми  | Правильные команды, рациональное расположение обучаемых, умение применять команды                               | 2                |
| 7     | Обнаружение и исправление ошибок       | Предупреждение ошибок, обнаружение и исправление грубых ошибок, обнаружение и исправление незначительных ошибок | 5                |
| 8     | Оказание помощи                        | Проводка по движению, фиксация статических положений всего и отдельных частей тела обучаемых, надежность        | 2                |
| 9     | Определение состояния занимающихся     | По ЧСС, по внешним признакам, по субъективной оценке занимающихся   | 3                |
| 10    | Дозирование нагрузки                   | По объему, по интенсивности, по координации движений  | 3                |

К организации педагогического эксперимента привлекались курсанты 3 и 4 курсов 1 и 2 факультетов в количестве 244 человек. Курсанты 1-го факультета в количестве 116 человек составили экспериментальную группу (ЭГ), а 2-го факультета в количестве 128 человек – контрольную группу (КГ). Курсанты КГ занимались по действующей программе, а курсанты ЭГ – по предлагаемой нами опытной программе. При этом время, отводимое на овладение материалом программ, было одинаковым. Результаты эксперимента представлены в таблице 4. Курсанты ЭГ достоверно превзошли результаты курсантов КГ по всем показателям методической подготовленности.

Таблица 4

**Результаты педагогического эксперимента по формированию основ педагогического мастерства**

| № п/п | Показатели подготовленности | 1 исследование | 2 исследование | 3 исследование | 4 исследование |
|-------|-----------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 1     | Контрольная группа          | 4.2 + 0.4      | 8.3 + 0.4      | 7.0 + 0.4      | 11.3 + 0.4     |
| 2     | Экспериментальная группа    | 3.9 + 0.4      | 10.8 + 0.4     | 9.4 + 0.4      | 14.6 + 0.4     |

Совершенствование методики обучения является центральной проблемой оптимизации учебного процесса, создание таких условий, когда обучающиеся в единицу времени могут приобрести больше знаний и умений при высоком качестве и прочности их усвоения.

**ВЫВОДЫ**

На различных этапах образовательного процесса при прохождении методической практики на занятиях по лыжной подготовке применимы различные формы ее организации. Так, на этапе тренировки методических заданий, при изучении несложных педагогических приемов и действий применяется организационная структура управления «руководитель - подразделение», парным или малогрупповым методом, когда курсанты выполняют методическое задание в составе группы, в парах, в подгруппах. Такая организация методической практики характерна для первого и второго

курсов обучения. На старших курсах обучения наиболее объективным является вариант методической практики, когда часть своих корректирующих и контролирующих функций преподаватель передает назначенным в малых группах (по 5-8 человек) или при проведении занятий с учебной группой руководителям из числа курсантов. Такая форма организации методической практики наиболее эффективна при обучении организации ИМЗ и тренировке различными методами. По нашим данным, она повышает плотность занятия по сравнению с принятой организацией в 2,2-2,4 раза.

Рациональное распределение времени, предусмотренного учебным планом на изучение дисциплины, позволило увеличить объем теоретической подготовки, найти оптимальное, на наш взгляд, соотношение между физической и методической подготовкой. Педагогический эксперимент, проведенный нами в естественных условиях, подтвердил правильность наших предположений.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Барабанщиков, А.В. Основы военной педагогики и психологии / А.В. Барабанщиков [и др.]. – М. : [б.и.], 1988. – 271 с.
2. Кузьмина, Н.В. Методы системного педагогического исследования / Н.В. Кузьмина ; ленингр. гос. ун-т. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1980. – 172 с.
3. Методика обучения способам передвижения на лыжах : метод. рекомендации / В.Г. Калашников, Л.И. Кузнецов, И.Ф. Макропуло, П.Н. Ябров ; ВДКФФК. – Л. : [б.и.], 1972 – 58 с.
4. Миронов, В.В. Формирование основ педагогического мастерства на занятиях по гимнастике / В.В. Миронов, Б.П. Кашеваров, С.Н. Мартынов ; ВДКИФК. – Л. : [б.и.], 1981. – 73 с.
5. Миронов, В.В. Военно-педагогические основы формирования методического мастерства по физической подготовке у курсантов учебных частей, военных училищ, слушателей академий : дис. ... д-ра пед.наук / Миронов В.В. – Л., 1991. – 449 с.
6. Проблемы психологии военного коллектива / А.В. Барабанщиков, А.Д. Глоточкин, Н.Ф. Феденко, В.В. Шеляг. – М. : Воениздат, 1973 – 165 с.
7. Сергеев, Г.А. Формирование знаний, навыков и умений у курсантов Военного института физической культуры в процессе лыжной подготовки : дис. ... канд. пед. наук / Сергеев Г.А. – СПб., 1996. – 190 с.
8. Ябров, П.Н. Рекомендации по привитию курсантам методических и организаторских знаний, умений и навыков на занятиях по лыжной подготовке / П.Н. Ябров ; Воен. ин-т физ. культуры. – Л. : [б.и.], 1983. – 57 с.

#### **КВАЛИМЕТРИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

*Ирина Сергеевна Сырвачева, кандидат педагогических наук, доцент*

*Владивостокский филиал Российской таможенной академии,  
г. Владивосток*

*Сергей Николаевич Зуев, доктор педагогических наук, профессор, Российская таможенная академия,  
г. Москва*

#### **Аннотация**

Фактический материал представленной статьи имеет научную ценность при анализе, оценке и управлении качеством производимой образовательной продукции в области физической культуры с помощью квалиметрии.

**Ключевые слова:** управление, квалиметрия, качество, эталон, метрология, физическая культура.