

5. Farfel V.S. (1970), "Classification of movements in sports", *Theory and practice of physical culture*, No. 11, pp. 4-7.

Контактная информация: tatyna2205@mail.ru

Статья поступила в редакцию 16.06.2016

УДК 796.011.1

ЭЛЕКТИВНАЯ СРЕДА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Ирина Владимировна Манжелей, доктор педагогических наук, профессор,

Светлана Николаевна Чернякова, соискатель,

Тюменский государственный университет, г. Тюмень

Аннотация

Статья посвящена проблеме формирования физкультурной компетентности у студентов в информационно-образовательной среде вуза. Определены универсальные детализированные компетенции и введено понятие элективной среды физического воспитания. Разработана авторская модель формирования физкультурной компетентности, в основе которой лежит построение элективной среды физического воспитания через информатизацию и дифференциацию учебного процесса, интеграцию учебной и внеучебной работы, модульное структурирование и спиральное конструирование учебного материала, рейтинговую оценку достижений бакалавров, а также организацию различного рода микросред и практик. Доказано, что элективная среда физического воспитания должна быть открытой, гибкой, кластерно-сетевой, лично ориентированной, чтобы побуждать студента к поиску собственных результатов учебной и внеучебной деятельности для проявления и самовыражения его индивидуальности средствами физической культуры и массового спорта.

Ключевые слова: физкультурная компетентность, индивидуальный физкультурно-образовательный маршрут, элективная среда физического воспитания, информационные ресурсы.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2016.06.136.p99-104

ELECTIVE ENVIRONMENT OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

Irina Vladimirovna Mangeley, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Svetlana Nikolaevna Chernyakova, the competitor,

Tyumen State University, Tyumen

Annotation

The subject of the research is formation of physical culture competence of students in the the information and education environment of the university. The authors have obtained the detailed universal competences and introduced the concept of the elective physical education environment. The content and functions of the elective environment of physical training have been described. The authors have developed the model for formation of the physical education competence which cornerstone is creation of the elective environment of the physical training through the informatization and differentiation of the educational process, the integration of the educational and extra-curricular activities, the modular structuring and spiral designing of the training material, the rating assessment of achievements of the students, and also the organization of the different microenvironments and the practices. It has been proved that the elective environment of physical education has to be open, flexible, cluster-network, personally focused to induce the student to search for the own results of the educational and extracurricular activities for manifestation and self-expression of their identity by means of the physical culture and mass sports.

Keywords: physical culture competence, individual physical educational route, elective environment of physical education, information resources.

ВВЕДЕНИЕ

Проблеме формирования физкультурных компетенций у студентов непрофильных вузов посвящены работы С.Г. Гилязиева (2004), А.И. Загравской (2015), М.И. Кабышевой (2000), В.Ф. Костюченко (2008), Р.С. Наговицына (2014), В.В. Пономарева (2011) и др.

В трудах В.И. Григорьева (2011), И.В. Манжелей (2005), М.М. Чубарова (2009), М.Ю. Щетининой (2011) обоснована актуальность проектирования практико-ориентированных сред, но содержание и процедура их построения с учетом требований стандартов третьего поколения и физкультурно-спортивных потребностей студентов не освещаются.

Целью нашего исследования стала разработка содержания и процедуры построения элективной среды физического воспитания образовательного учреждения, способствующей формированию физкультурной компетентности бакалавров. Под элективной средой физического воспитания мы понимаем совокупность благоприятных предметно-пространственных, информационно-технологических и социально-интерактивных условий и возможностей, созданных в образовательном учреждении, для реализации индивидуального физкультурно-образовательного маршрута и самовыражения бакалавра средствами физической культуры и массового спорта. В ходе работы были применены методы теоретического анализа, обобщения и систематизации; педагогическое моделирование и проектирование; анкетирование и тестирование, а также опытно-поисковая работа, организованная на базе Тюменского государственного университета (ТюмГУ) и Сибирского федерального университета (СФУ) в период с 2011-го по 2015 годы.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В учебных планах образовательных программ, актуализированных в 2015 году стандартов третьего поколения (ФГОС ВО), дисциплина «Физическая культура» перенесена в блок 1 и разделена на две части. В базовой части образовательной программы ей отведено 72 часа (2 зачетные единицы). В вариативной части не менее 328 часов рекомендовано реализовать в виде элективного курса. Формируемые дисциплиной компетенции унифицированы для всех направлений подготовки, имеют контурный формат и представлены, чаще всего, как ОК-7 (способность к самоорганизации и самообразованию) и ОК-8 (способность использовать средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности). Поэтому для актуализации педагогического потенциала физической культуры, конкретизации целей и отбора содержания учебной деятельности студентов нами были разработаны универсальные, детализированные компетенции: адаптивно-оздоровительная; коррекционно-оздоровительная; кондиционно-двигательная; профессионально-прикладная; рекреативно-спортивная [4].

Развивая идеи о содержании информационно-образовательной среды [2] и актуализации педагогического потенциала физкультурно-спортивной среды [3] с опорой на положения экпсихологического [5] и компетентностного [1, 6] подходов, мы разработали модель формирования физкультурной компетентности в информационно-образовательной среде вуза и процедуру реализации ее на практике (рисунок 1).

Особенностью авторской модели являются структура и содержание элективной среды физического воспитания (рисунок 2), в которой культивируются физкультурно-спортивные ценности и традиции; организовано конструктивное взаимодействие субъектов, где педагог является тьютором, консультантом, фасилитатором; осуществлены: а) блочно-модульное структурирование учебного материала; б) информатизация среды (база данных «Мониторинг физического состояния студентов»; «Информационно-аналитический комплекс ГТО»; «Карта здоровья» и «Физкультурно-спортивное портфолио»); в) дифференциация учебного процесса (по интересам – элективные курсы по видам спорта); г) интеграция учебной и внеучебной работы и внедрена модульно-рейтинговая оценка учебных достижений, что позволило наполнить среду вуза различными практико-ориентированными микросредами (оздоровительной, спортивной, кондиционно-развивающей, профессионально-прикладной, рекреативной, образовательной направленности), стимулирующими познавательную и двигательную активность моло-

дых людей. Студенту предоставляется возможность на учебный год, исходя из своих интересов, уровня здоровья и двигательной подготовленности, выбрать наиболее целесообразный физкультурно-образовательный маршрут.

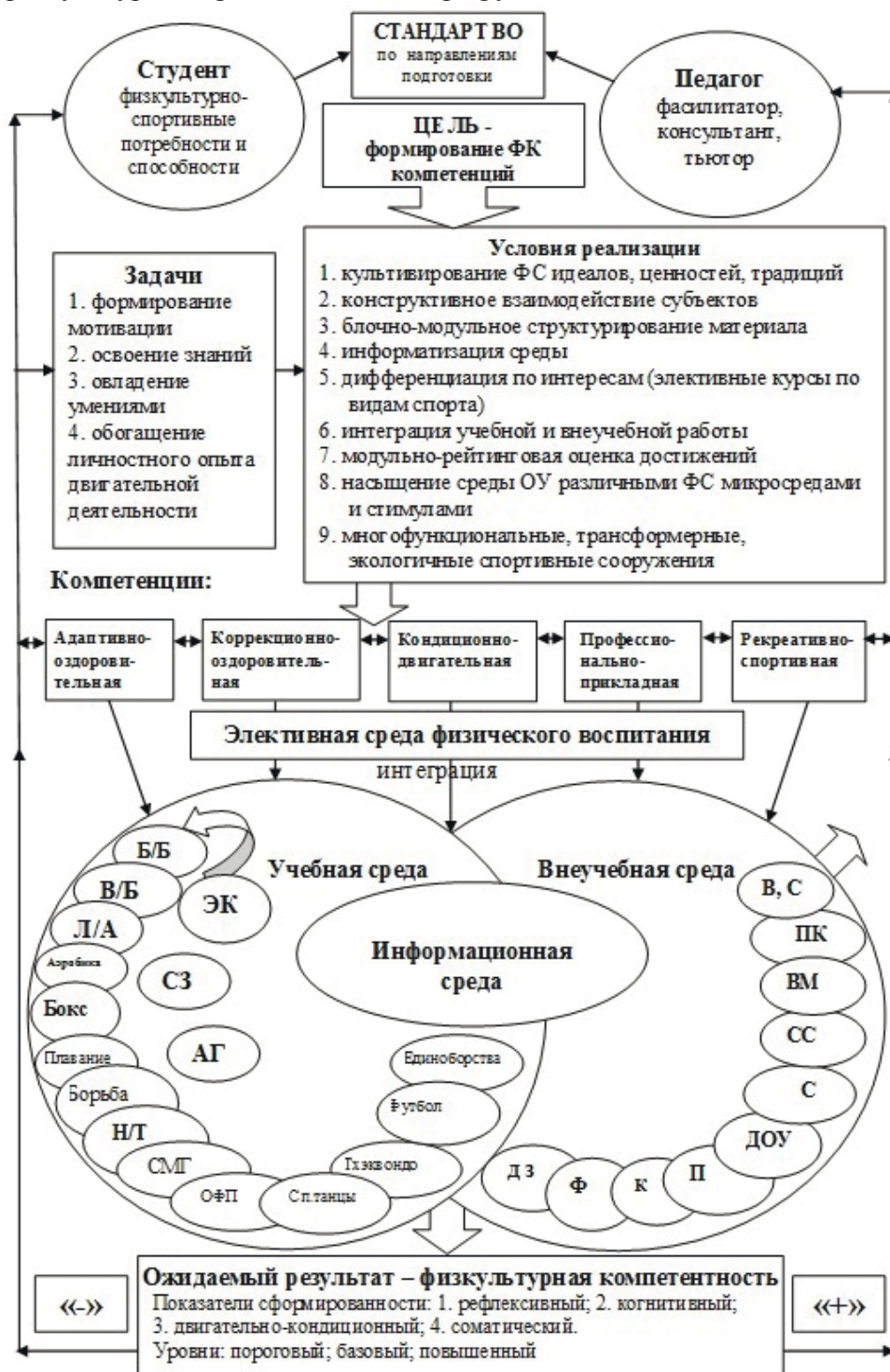


Рисунок 1. Модель формирования физкультурной компетентности в информационно-образовательной среде вуза. Сокращения: ЭК – элективные курсы (баскетбол, волейбол, легкая атлетика, аэробика и т.д.); СЗ – самостоятельные занятия; АГ – абонементные группы; ДЗ – дни здоровья; Ф – фестивали; К – конкурсы; П – проекты; ДОУ – дополнительные образовательные услуги; С – соревнования; СС – группы спортивного совершенствования; ВМ – высшее спортивное мастерство; ПК – курсы повышения квалификации; В, С – волонтерство, судейство

В начале учебного года сведения о студентах заносятся в компьютерную «Базу данных». Студенты основной и подготовительной групп выбирают элективный курс

(баскетбол, бокс, волейбол, дзюдо, настольный теннис, общефизическая подготовка, оздоровительная аэробика, гимнастика, спортивная хореография, спортивный туризм, тхэквондо, футбол).

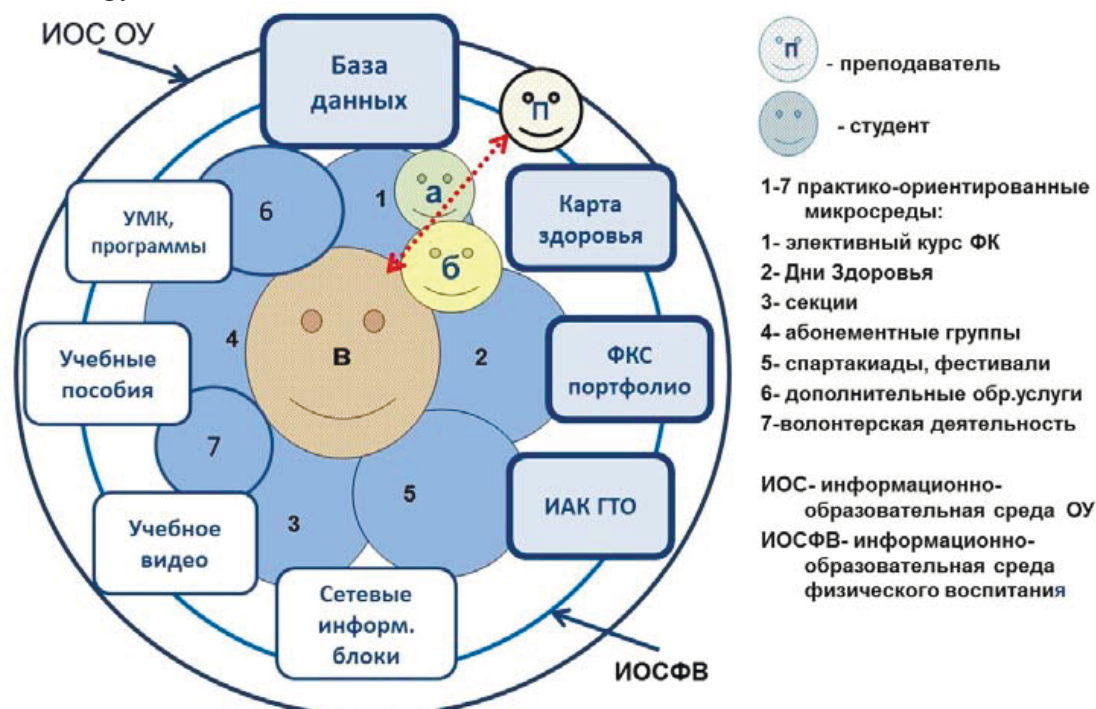


Рисунок 2. Структура элективной среды физического воспитания и уровни ее освоения студентами

Студенты с ослабленным здоровьем занимаются в специальных медицинских группах и разрабатывают собственный физкультурно-образовательный маршрут с помощью «Карты здоровья». Спортивно одаренные студенты занимаются в группах спортивного совершенствования и заполняют «Физкультурно-спортивное портфолио». Для аттестации все студенты набирают рейтинговую оценку успеваемости по дисциплине (до 100 баллов), не только посещая учебные занятия, но и активно участвуя в физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой жизни вуза. Причем для зачета необходимо набрать 61 балл, а дополнительные баллы позволяют участвовать в конкурсе на лучшего студента института, который дает право на получение стипендиальных надбавок. Студенты заочной формы обучения используют электронно-информационные ресурсы для организации самостоятельной работы и аттестации. Для студентов института дистанционного образования была создана виртуальная среда совместной работы в системе вебинаров и компьютерное тестирование на платформе Moodle.

Разработана процедура построения элективной среды физического воспитания, которая предполагает следующие действия:

1. Изучить реальные физкультурно-спортивные потребности и особенности контингента студентов, а также возможности материально-технической базы и кадровый потенциал вуза.

2. Разработать содержание поливариативного воспитательно-образовательного процесса (информационно-технологического компонента среды) с учетом требований стандарта, иерархического комплекса физкультурно-спортивных потребностей студентов и традиций развития физической культуры в регионе (через предложение выбора элективных курсов; введение модульно-рейтинговой системы; информатизацию, дифференциацию, интеграцию учебной и внеучебной работы и наполнение практико-ориентированными микросредами).

3. Разработать содержание пространственно-предметного компонента среды, который удовлетворяет следующим требованиям: многофункциональности и трансформер-

ности, экологичности и аутентичности, обеспечения символической функции (современные учебно-спортивные сооружения, мультимедиа аудитории с выходом в Интернет, столовые и здравпункты, библиотеки и музей спортивных достижений).

4. Разработать содержание социально-интерактивного компонента среды физического воспитания, который основывается на культивировании физкультурно-спортивных ценностей, традиций и эталонов поведения, конструктивном взаимодействии субъектов, благоприятных взаимоотношениях и широких спортивных связях.

5. Провести экспертизу среды физического воспитания на основе ее нормативных и формальных параметров [3].

В ходе опытно-поисковой работы выявлено уменьшение числа студентов во всех группах с пороговым уровнем сформированности физкультурной компетентности. Показатели базового уровня сформированности компетенций увеличились во всех группах, повышенный уровень выявлен только у 15,0% юношей и 7,3% девушек очной формы ТюмГУ и у 3,2% юношей и 6,3% девушек заочной формы ТюмГУ. Причем, в 2016 году в регулярные добровольные занятия физкультурно-спортивной деятельностью, дополнительно к учебным занятиям, было включено 39,3% студентов ТюмГУ, что на 12,3% больше, чем в 2011 году.

ВЫВОДЫ

Доказана эффективность формирования у студентов физкультурной компетентности, что проявилось в повышении показателя их активности в физкультурно-спортивной деятельности (с «ниже среднего» до «среднего» уровня), а также позитивные изменения индексов мотивов и потребностей занятиями физической культурой ($P < 0,05$), в достоверном улучшении физкультурной грамотности во всех группах ($P < 0,001$) и позитивной динамике их физического состояния (улучшение физического здоровья ($P < 0,05$) и физической подготовленности ($P < 0,05$)).

Обосновано содержание открытой, гибкой, кластерно-сетевой и личностно ориентированной элективной среды физического воспитания образовательного учреждения, в которой созданы благоприятные условия для формирования физкультурных компетенций и предоставляются возможности для построения физкультурно-образовательного маршрута студентов через актуализацию личностных смыслов и включение их в личностно-значимую физкультурно-спортивную деятельность.

Выявлено, что организация поточных занятий по элективным курсам (видам спорта) расширяет диапазон социальных контактов бакалавров и стимулирует их физкультурно-спортивную активность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Компетентностный подход к проектированию индивидуальных образовательных траекторий физического развития студентов / В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, В.А. Чистяков, К.Д. Кил // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 1 (71). – С. 35-41.
2. Кудинов, В.А. Построение информационной образовательной среды вуза на основе технологий управления знаниями : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Кудинов В.А. – М., 2010. – 45 с.
3. Манжелей, И.В. Актуализация педагогического потенциала физкультурно-спортивной среды : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Манжелей И.В. – Тюмень, 2005. – 45 с.
4. Манжелей, И.В. Формирование физкультурных компетенций у бакалавров в образовательной среде вуза / И.В. Манжелей, С.Н. Чернякова // Вестник Тюменского государственного университета. Педагогика. Психология. – 2014. – № 9. – С. 78-91.
5. Смит, Н. Современные системы психологии / Н. Смит ; пер. с англ. ; под общ. ред. А.А. Алексеева. – СПб. : Прайм ЕВРОЗНАК, 2003. – 384 с.
6. Хуторской, А.В. Компетентностный подход в обучении : научно-методическое пособие / А.В. Хуторской. – М. : Издательство «Эйдос» ; Издательство Института образования человека, 2013. – 73 с.

REFERENCES

1. Grigoriev, V.I., Davidenko, D.N. Chistyakov, V.A. and Kim J.K., (2011), "Competence approach to design of the individual educational trajectories of students physical development", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (71), pp. 35-41.
2. Kudinov, V.A. (2010), *Construction of information educational environment of the university based on knowledge management technologies*, dissertation, Moscow.
3. Manzheley, I.V. (2005), *Actualization of Pedagogic Potential of Fitness and Sport Environment*, dissertation, Tyumen.
4. Manzheley, I.V. and Cherniakova, S.N. (2014), "Formation of sports competences have bachelor in the educational environment of high school", *Vestnik of Tyumen State University. Pedagogy. Psychology*, No 9. pp. 78-91.
5. Smith, N. (2003), *Modern systems of psychology*, publishing EVROZNAK, St. Petersburg.
6. Hutorskoy, A.V. (2013), *Competence-based approach in training. Scientific and methodical grant*, Eydos publishing house; Publishing house of Institute of education of the person. Moscow.

Контактная информация: 4er_sn@mail.ru

Статья поступила в редакцию 22.06.2016

УДК 796.696

СПОСОБЫ ВЫПОЛНЕНИЯ ПОВОРОТОВ ПРИ ПЕРЕДВИЖЕНИИ НА ЛЫЖЕРОЛЛЕРАХ

*Андрей Валерьевич Меликов, спортивная сборная команда РФ по лыжероллерам,
Сергей Владимирович Корсаков, спортивная сборная команда РФ по лыжероллерам,
Елена Георгиевна Андреева, доктор технических наук, профессор,
Центр инновационных стратегий (ООО ЦИС), Москва*

Аннотация

В статье подробно описаны и проиллюстрированы различные способы поворотов на лыжероллерах, в том числе: «шаговым переступанием» при передвижении на равнине; «маховым переступанием» при подъемах; «на параллельных лыжероллерах» при скоростном спуске; «упором» для осторожного спуска. Рекомендовано исключить переступание лыжероллерами при выполнении поворотов на спуске, чтобы обеспечить сохранение равновесия. Рассмотрены технические приемы прохождения поворотов на разных рельефах и конфигурациях трассы, способствующие сохранению скорости и снижению риска падения при передвижении на лыжероллерах.

Ключевые слова: лыжероллеры, способ поворота, рельеф трассы, скорость, техника передвижения на лыжероллерах.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2016.06.136.p104-110

METHODS OF TURNINGS WHEN MOVING ON ROLLER SKIS

*Andrei Valerievich Melikov, Sports team of the Russian Federation on roller skis,
Sergei Vladimirovich Korsakov, Sports team of the Russian Federation on roller skis,
Elena Georgievna Andreeva, the doctor of technical sciences, professor,
The Centre of Innovation Strategies, Moscow*

Annotation

The article has described and illustrated the various ways for the turnings on roller skis, including: "step by steps" when moving on the plain; "stride" on the ascent; "on parallel roller skis" in the downhill; "emphasis" for cautious descent. It recommends the exception of movement by steps when cornering on the descent to ensure the preservation of balance. It shows the techniques for cornering on different reliefs that contributes to keeping the speeding and reducing the risk of falling when moving on roller skis.

Keywords: roller skis, method of turning, relief, speed, roller ski technique.