

10. Effects of a Brief Mindfulness Meditation Intervention on Student Stress and Heart Rate Variability / A. Shearer, M. Hunt, M. Chowdhury, L. Nicol // *International Journal of Stress Management*. Advance online publication (2015, October 12). – <http://dx.doi.org/10.1037/a0039814>.

REFERENCES

1. Bogdanov, V.M., Ponomarev, V.S. and Solovov, A.V. (2010), “Methods and technologies of electronic distance learning in a high school course of physical culture”, *Theory and practice of physical culture*, No. 2, pp. 51-56.
2. Ivlev, B.K. (2006), *Organization pedagogical bases of development of technology of shaping in Russia*, dissertation, Moscow.
3. Petina, E.Sh. (2015), “Physical culture and sports interests and motive tendency of students of medical university”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 120, No. 2, pp. 115-118.
4. Romanova, L.A. (2010), “Correction of a constitution of the students doing shaping”, *International journal of applied and basic researches*, No. 6, pp. 53-55.
5. Firsin, S.A. (2015), “Use of innovative technologies at physical education classes”, *Academic messenger*, Vol. 16, No. 2, pp. 112-116.
6. Shinkorenko, O.V., Trofimov, V.N., and Chekanushkina, E.N. (2016), “Methodological justification of the main directions of improvement of physical training”, *Pedagogical and psychological and the physician and biological problems of physical culture and sport*, Vol. 11. No. 4, pp. 152-160.
7. Chichkova, M.A. and Svetlichkina, A.A. (2016), “Possibilities of adaptation it is warm – vascular system to physical activities at persons with limited acoustical opportunities”, *Astrakhan medical journal*, Vol. 11, No. 4, pp. 64-71.
8. Chichkova, M.A. and Svetlichkina, A.A. (2017), “Features of remodeling it is warm – vascular system at people with limited acoustical opportunities in response to physical activities (the review of literature)”, *Health and education in the 21st century*, Vol. 19, No. 6, pp. 38-41.
9. Panikhina, A.V. and Kolesnikova, O.B. (2012), “Effects of recreational aerobics on adaptation of female first-year students from urban area and rural area to conditions of higher school education”, *Bulletin of Experimental Biology and Medicine*, Vol. 152, No. 4, pp. 480-482.
10. Shearer, A., Hunt, M., Chowdhury, M. and Nicol, L. (2015), “Effects of a Brief Mindfulness Meditation Intervention on Student Stress and Heart Rate Variability”, *International Journal of Stress Management*. Advance online publication (2015, October 12), doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0039814>.

Контактная информация: aleksandr.doroncev@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 13.06.2018

УДК 378.01

ТЕХНОЛОГИЯ ОРГАНИЗАЦИИ СОВРЕМЕННОГО УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ

Инга Викторовна Забродина, кандидат педагогических наук, доцент, **Наталья Александровна Козлова**, кандидат педагогических наук, доцент, **Светлана Николаевна Фортыхина**, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, **Евгения Владимировна Андреева**, старший преподаватель, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет («ЮУрГГПУ»), г. Челябинск

Аннотация

В статье рассматривается проблема проектирования современного учебного занятия. Анализируются типы уроков и их значение в реализации поставленных образовательных целей и учебно-познавательных задач профессиональной деятельности педагога по повышению мотивации обучающихся. Описывается динамичная структура урока, представляется характеристика организационного; мотивационного; информационного; аналитического; оценочного и рефлексивного блоков урока.

Ключевые слова: педагогическая технология, типы уроков, динамическая структура урока.

TECHNOLOGY OF ORGANIZATION OF CONTEMPORARY SCHOOLS

Inga Viktorovna Zabrodina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Natalya Aleksandrovna Kozlova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Svetlana Nikolaevna Fortygina, the candidate of pedagogical sciences, senior teacher, Evgenia Vladimirovna Andreeva, the senior teacher, South Ural State of Humanities and Education University, Chelyabinsk

Annotation

The article deals with the problem of designing a modern training session. The types of lessons and their significance in realization of the set educational goals and educational and cognitive tasks of the professional activity of the teacher on increasing the motivation of students are analyzed. The dynamic structure of the lesson is described, the characteristic of the organizational one is presented; motivational; information; analytical; assessment and reflexive blocks of the lesson.

Keywords: pedagogical technology, types of lessons, dynamic structure of a lesson.

ВВЕДЕНИЕ

Основной формой организации обучения независимо от смены целей и содержания современного образования остается учебное занятие, новизна которого заключается в достижении личностных, метапредметных и предметных планируемых результатов. Успешность достижения результатов определяется выполнением комплекса учебно-познавательных и учебно-практических задач, необходимых для овладения обучающимися системой универсальных учебных действий.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

Эффективность формирования ключевых знаний и умений у учащихся в процессе обучения определяется внедрением методов и педагогических технологий конструирования современного урока. Технология конструирования урока представляет собой сложную систему построения взаимоотношений учителя и ученика, включающую совокупность приемов и методов процессов обучения и воспитания с целью достижения планируемых результатов, эффективность достижения которых определяется строением и последовательностью этапов урока, где каждый этап выступает законченным модулем.

Структура современного урока претерпевает значительные изменения в содержании и последовательности структурных этапов. Традиционная четырехфазная структура урока сменяется динамичной структурой, в основу которой положены следующие блоки: организационный; мотивационный; информационный; аналитический; оценочный; рефлексивный [2].

Организационный блок учебного занятия включает следующие этапы: представление педагогом инструкций, пояснений и вводной части; распределение учащихся по группам и конструирование их пространства; определение норм и процедур работы учащихся. Данный блок позволяет описывать ожидаемые планируемые результаты, связанные с компонентами знаний, умений и ценностных ориентаций.

В системе учебной деятельности ключевым элементом выступает мотивационный блок, который основан на внутренней или внешней мотивации и определяется побуждениями к активности участников образовательного процесса. Результатом мотивационного блока является сформированный интерес у учащихся к изучаемому материалу, а также умение формулировать совместно с педагогом проблему и тему урока на основе актуализации имеющихся знаний.

Информационный блок современного урока направлен на формирование познавательных универсальных учебных действий у обучающихся. На данном этапе для получения информации учащимися педагог может использовать следующие способы передачи: лекция, беседа, работа с документацией, обмен опытом, Интернет коммуникация [1].

Основу аналитического блока современного урока составляют такие операции, как обобщение, обсуждение, сравнение, синтез, выбор и творчество (деятельность по

созданию нового продукта), которые направлены на формирование коммуникативных и познавательных универсальных учебных действий у обучающихся.

Оценочный блок направлен на формирование у учащихся таких регулятивных универсальных учебных действий, как коррекция, оценка и самоконтроль. Оценивание учебных результатов педагогу не следует сводить только к выставлению отметок на учебном занятии, а нужно учитывать потенциал самооценивания, взаимооценивания и внешней экспертизы обучающихся, устанавливая при этом совместно критерии оценок и отметок

Рефлексивный блок посвящен формированию у обучающихся личностных универсальных учебных действий, включающих самоопределение, смыслообразование и нравственно-эстетическую оценку. Результатом рефлексивного блока являются сформированные умения у учащихся формулировать свое понимание проблемы и моделировать выход из нее, высказывать свою позицию, выделять возникшие трудности и получать практический опыт.

Используемые педагогом методы и методические приемы определяют разнообразие видов уроков. В дидактической системе деятельностного метода Л.Г. Петерсон выделяет четыре типа урока [3]: уроки «открытия» нового знания; уроки отработки умения и рефлексии; уроки общеметодологической направленности; уроки развивающего контроля.

Урок «открытия» новых знаний, обретения новых умений и навыков характеризуется способностью обучающихся к нахождению нового способа действий и расширению базы знаний за счет включения новых определений, терминов и описаний. Основными этапами структуры урока «открытия» новых знаний являются мотивационный этап; этапы актуализации прежних знаний учащихся, выявления у обучающихся затруднений в усвоении нового материала, поиска возможных путей выхода из возникшего затруднения, реализации разработанного плана, первичного закрепления полученных знаний, самостоятельной работы, включение учащихся в систему новых знаний и умений, рефлексии.

Урок отработки умений и рефлексии направлен на формирование способностей к рефлексии контрольно-коррекционного типа и закрепление изученных понятий, алгоритмов у обучающихся. В соответствии с ФГОС структура урока рефлексии включает следующие этапы: мотивационный; актуализации прежних знаний; установление персональных затруднений в получении новых знаний; создание плана по разрешению возникших трудностей; реализация разработанного плана на практике; анализ обнаруженных затруднений; планирование самостоятельной работы учащихся; введение в систему знаний и умений; реализация рефлексии.

Особенность урока общеметодологической направленности заключается в формировании способности у обучающихся к структуризации полученных знаний в рамках изучаемой темы и выявлении теоретических предположений о перспективах развития изучаемой темы и ее значения для дальнейшего обучения. В основе структуры урока систематизации знаний лежат следующие компоненты: самоопределение; актуализация прежних знаний; формулирование цели урока и учебной задачи; проектирование плана по разрешению трудностей; апробация спроектированного проекта; самостоятельной работы с проверкой по эталону; рефлексия деятельности учащихся.

Урок развивающего контроля направлен на формирование способности у обучающихся осуществлять самоконтроль и взаимоконтроль. Структура урока развивающего контроля включает такие этапы, как мотивационный этап; актуализации прежних знаний; фиксации затруднений обучающихся; проектирование плана по решению проблемы; осуществление спроектированного плана на практике; анализ возникших трудностей; реализация самостоятельной работы; решение творческих задач; рефлексия.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современные типы уроков предъявляют новые требования к реализации поставленных целей и задач деятельности и характеризуются достижением определенных

результатов. При этом современный урок рассматривается как форма организации учебно-познавательной деятельности учащихся под руководством педагога, работа которого направлена на достижение образовательных целей с целью повышения мотивации обучающихся. Для прогнозирования предметных результатов и детализации деятельности участников образовательного процесса педагоги активно используют технологическую карту урока, которая предполагает различные вариации конструирования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Программно-техническое оснащение профессиональной деятельности будущего педагога / Е.В. Андреева, И.В. Забродина, Н.А. Козлова, С.Н. Фортыхина, Т.Ю. Каратаева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 10 (152). – С. 10-12.
2. Иоффе, А.Н. Структура современного урока истории и обществознания как основа организации деятельности учащихся / А.Н. Иоффе // Преподавание истории в школе. – 2012. – № 1. – С. 7-10.
3. Петерсон, Л.Г. Дидактическая система деятельностного метода «Школа 2000...» как механизм реализации стандартов второго поколения / Л.Г. Петерсон // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. – 2013. – № 5. – С. 3-9.

REFERENCES

1. Andreeva, E.V. (2017), "Software and technical equipment of the professional activity of the future teacher", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 152, No. 10 (152). pp. 10-12.
2. Ioffe, A.N. (2012), "The structure of a modern lesson in history and social science as the basis for organizing the activities of students", *Teaching history in school*, No 1. pp. 7-10.
3. Peterson, L.G. (2013), "Didactic system of the activity method "School 2000 ..." as a mechanism for implementing the second-generation standards", *Municipal formation: innovations and experiment*, No 5. pp. 3-9.

Контактная информация: svetlanochka-2010@mail.ru

Статья поступила в редакцию 26.06.2018

УДК 796.332

МНОГОЛЕТНЯЯ ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ЮНИОРОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ФУТБОЛЕ

Татьяна Владимировна Зайцева, аспирант, главный тренер Футбольного клуба «Кубаночка»; Александр Петрович Золотарев, доктор педагогических наук, профессор, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (КГУФКСТ, Краснодар); Марк Абрамович Рубин, кандидат педагогических наук, профессор, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

В статье представлены данные о трехлетней динамике показателей физической подготовленности футболисток-юниорок профессиональной команды. Исследование включало спортивно-педагогическое тестирование физической подготовленности футболисток-юниорок. В течение трехлетнего периода у спортсменок в динамике показателей физической подготовленности наблюдается неравномерность ежегодных темпов прироста. Наиболее вариативными от этапа к этапу исследования являлись показатели скоростных, скоростно-силовых способностей при поступательно стабильном приросте функциональных возможностей спортсменок. Результаты проведенного исследования свидетельствуют о методически грамотном построении процесса многолетней подготовки обследуемого контингента футболисток-юниорок, что нашло отражение в их спортивных достижениях – участие в сборных командах Краснодарского края и национальных