

В существующих учебных программах для ДЮСШ по фигурному катанию содержание теоретической подготовки распределено по следующим разделам: «Физическая культура и спорт в России», «Правила поведения на занятиях на льду», «Предупреждение спортивного травматизма, оказание первой помощи», «Терминология фигурного катания на коньках», «Сведения о строении и функциях организма человека», «Личная и общественная гигиена» [1, 2]. Почти все вопросы, рассматриваемые в данных разделах слишком сложны для новичков в фигурном катании, а их необходимость вызывает сомнения. Например: «Краткие сведения о строении и функциях организма человека», «Костная система, связочный аппарат и мышцы, их строение и взаимодействие». Последовательность освоения теоретического материала не указывается. Само по себе это, на наш взгляд, не является упущением, так как любая программа образования – это, прежде всего, его содержание.

Последовательность и, главное, сроки изучения элементов содержания, по нашему мнению, должен определять педагог, при сквозном планировании без жесткого распределения по месяцам и годам обучения, исходя из текущего уровня владения двигательными действиями [5]. Так или иначе, тренер, работающий с начинающими фигуристами 4-6 лет, вынужден вести поиск содержания знаний, необходимых для успешного закрепления многочисленных правил: самообслуживания, поведения в стандартных и неприятных ситуациях, и, конечно, правил техники, которые принято называть основными опорными точками [3].

Учитывая сказанное, проверка эффективности использования сквозного планирования и мини лекций на учебно-тренировочном занятии представляется нам актуальным.

Целью исследования явилось обоснование и разработка методики учебно-тренировочного занятия с использованием мини лекций и сквозного планирования на начальном этапе обучения фигурному катанию и оценка ее результативности.

Руководствуясь классическими представлениями об оптимальной мере усилий, которые ускоряют физическое (И.А. Аршавский) и умственное (Л.С. Выготский) развитие ребенка, мы не склонны к жесткому лимитированию временными рамками освоение содержания образовательной программы фигурного катания. Традиционное распределение

материала по месяцам и годам обучения делает невозможным индивидуализацию обучения и рано или поздно повлечет разделение занимающихся на умеющих и неумеющих. В этой ситуации становится неизбежным так называемый отсев, не имеющий ничего общего с современной тенденцией гуманизации образования.

Использование сквозного планирования учебного материала, предложенное А.В. Чудиновских и А.Т. Воробьевым [5] для физической культуры в общеобразовательной школе, дает возможность минимизировать отрицательные последствия образования. Методологической базой такого планирования является теория формирования ориентировочной основы двигательных действий [3], а конкретными ориентирами и инструментами оценки успешности обучения становятся основные опорные точки и другие правила спортивной культуры [4].

Учитывая специфику основной и, по сути, единственной на данном этапе подготовки формы занятий – учебно-тренировочного занятия, мы сочли возможным структурировать содержание знаний для их сообщения на минилекциях длительностью 30-90 секунд с использованием средств наглядности и последующей проверкой усвоения в форме игры.

Исследование выполнено на базе спортивной секции по фигурному катанию на коньках г. Екатеринбург. В эксперименте, проведенном в течение 4 месяцев, участвовали дети групп начальной подготовки 4-5 лет. В Экспериментальную группу вошли 12 человек, в контрольную группу соответственно 12 человек. В контрольной группе занятия проводились по базовой программе на начальных этапах обучения, занятия в экспериментальной группе проводились так же по базовой программе, но на учебно-тренировочных занятиях применялись мини лекции, а знания по мини лекциям распределялись согласно идеи сквозного планирования, при котором педагог определяет порядок изучения без жесткого распределения по месяцам и годам обучения исходя из текущего уровня владения знаниями. Общее количество и время занятий в обеих группах было одинаковым.

В начале эксперимента все спортсмены были протестированы, тест содержал 20 вопросов, тем самым, был определен исходный уровень теоретической подготовленности. В конце эксперимента был проведен повторный тест, с использованием другого варианта теста, такого же объема и аналогичного содержания.

Динамика изменения уровня знаний в процессе педагогического эксперимента

Группы	Количество	Средний возраст	Уровень знаний (количество допущенных ошибок $X \pm \sigma$)		
			Исходный	Итоговый	Достоверность
Контрольная	12	4-5	$15,3 \pm 1,1$	$15,3 \pm 2,3$	$p > 0,05$
Экспериментальная	12	4-5	$15,9 \pm 2,5$	$13,3 \pm 2,2$	$p > 0,05$

Таким образом, разработанная методика занятий с применением мини лекция, а так же сквозного планирования, позволила повысить скорость и качество обучения необходимым теоретических знаний, а так же увеличить их тренировочное воздействие.

Список литературы

1. Абсалимова И.В. Фигурное катание на коньках: Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / И.В. Абсалимова. М.: Советский спорт, 2006. 154 с.
2. Агапова В.В. Учебная программа по фигурному катанию на коньках на этапе начальной подготовке / В.В. Агапова. Обл. метод. совет по физической культуре и спорту Всеволожского р-на, 2003. 77 с.
3. Бюген М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Бюген. М.: Физкультура и спорт, 1985. 192 с.
4. Лубышева Л.И. Структура и содержание спортивной культуры личности / Л.И. Лубышева, А.И. Загребская // Теория и практика физической культуры. 2013. № 3. С. 7-15.
5. Чудиновских А.В. Новые подходы к планированию учебной работы по физической культуре в школе / А.В. Чудиновских, А.Т.

Воробьева // Развитие двигательной и функциональной подготовленности школьников: Сб. науч. трудов. Свердловск: СГПИ, 1990. С. 98-104.

ПРОБЛЕМЫ КОМПЕТЕНТНОСТНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ НАЧИНАЮЩИХ ФИГУРИСТОВ В ШКОЛЕ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ

Князев А.И.

Уральский федеральный университет, Екатеринбург,
a.i.knyazev@gmail.com

Качество современного образования во многом определяется результатами, ожидаемыми заказчиками. В учреждениях дополнительного образования, каковыми являются спортивные школы, такими заказчиками являются, прежде всего, родители. К сожалению, зачастую такая позиция родителей превалирует во взаимодействии со спортивными педагогами. Тог-

да попытки последних вовлечь родителей в образовательный процесс хотя бы на аксиологическом уровне воспринимаются родителями как воспитательные воздействия на них. В условиях коммерциализации деятельности спортивных школ такое противоречие становится фактором, существенно затрудняющим конструктивное взаимодействие тренеров и родителей в образовательном поле. «Педагогический резонанс» [1] усилий педагога и ученика в спортивной школе может быть усилен только при участии родителей в качестве полноправного субъекта образовательного процесса. Условием для плодотворного сотрудничества, на наш взгляд, является самообразование родителей в сфере физической культуры и спорта, проектирование содержания которого, представляется нам вполне актуальным.

Постараться решить данную проблему возможно с помощью разработки элементов содержания самообразования родителей начинающих фигуристов. Нами предпринята попытка структурировать содержание самообразования родителей в форме серии кратких пособий, освещающих основные аспекты деятельности родителей в образовательном пространстве школы фигурного катания.

Для детей 3-5 лет, в том числе и для начинающих фигуристов важно сформировать способность к самоорганизации деятельности по решению учебных задач. Такая способность включает и многие другие умения спланировать собственное время, например, не просто выполнить домашнее задание, а найти для него время в своем расписании. Следовательно, материал для домашней работы должен быть разнообразным, требующим разного рода действий [2]. Этим и другим рекомендациям мы стремились следовать при написании серии пособий. Первое из пособий «Мы идем на каток» знакомит родителей со школой «Твизл новис» (Екатеринбург), раскрывает возможности фигурного катания в личностном росте ребенка. Имеющиеся рекомендации по пользованию пособием помогают родителям увидеть смысл освоения предлагаемых сведений и советов. Прежде всего, они касаются выбора одежды и инвентаря, правил их использования. Описывается траектория движения учеников из группы в группу в зависимости от успешности освоения образовательной программы. Очень важным моментом, определяющим уровень сотрудничества педагогов и родителей, на наш взгляд, является усвоение правил поведения на тренировках и соревнованиях. При этом подчеркивается не частота присутствия на занятиях (как правило, это подглядывание), а значение видеofиксации текущих результатов обучения хотя бы раз в месяц на открытых тренировках или соревнованиях. Для того, чтобы повысить объективность оценки родителями успешности обучения, в пособие включены сведения об основных терминах, обозначающих движения и правилах техники, которым они должны соответствовать.

Задания для родителей помогают представить эталонные требования к выполнению базовых двигательных действий, включенных в домашние задания для фигуристов, а также рекомендуют наполнить повседневное общение темами, связанными с фигурным катанием. Ответы на проверочные вопросы помогают дать самооценку понимания текста и, при необходимости, вернуться к информационной части пособия. Важное мотивационное значение имеет фиксация выполнения родителями предлагаемых заданий с указанием даты и времени.

Разработанные пособия не являются в полном смысле учебными, т.к. не преследуют цель формирования строго определенных компетенций. В то же

время они рассматриваются нами как необходимое вспомогательное средство организации учебной ситуации.

Список литературы

1. Управление качеством образования: практикоориентированная монография и методическое пособие; под ред. М.М. Поташника. М.: Педагогическое общество России, 2000. 448 с.
2. Современная учебная книга: подготовка и издание / Под ред. С.Г. Антоновой, А.А. Вахрушева. М.: МГУП, 2004. 224 с.

КОМПОНЕНТЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ

Плесовских А.А., Довгань В.И.

*Филиал Тюменского Государственного Университета
в г. Тобольске, Тобольск, Россия, aleksei_plesovskih92@mail.ru*

Высокий спортивный результат может показать только тот спортсмен, у которого наследственные морфофункциональные предпосылки реализованы в ходе систематического, целенаправленного, рационального, многолетнего тренировочного процесса в конкретном виде спорта. Спортивный отбор – весьма ответственный процесс и его, как правило, должен проводить тренер совместно со спортивным врачом.

Правильный отбор, а тем более ориентацию по видам спортивной деятельности, нельзя проводить, учитывая лишь состояние здоровья, уровень физического развития, морфологические индексы, интуицию и опыт тренера.

Рост и развитие организма – это весьма сложный генетически детерминированный и социально обусловленный процесс, включающий в себя как количественные, так и качественные изменения структуры и функций организма человека.

Уникальность наследственной программы каждого человека и неповторимость влияний на него бесчисленных факторов среды определяют его индивидуальность. Однако при этом имеются и сходства телосложения, которые можно объединить в определенные типы конструкции: макросомный, мезосомный, микросомный и два переходных типа – микромезосомный и макромезосомный типы (по классификации Б. А. Никитюка, 1990). Всего 5 типов конструкции.

Характеризуя компонентный уровень варьирования телосложения, можно рассматривать человеческое тело как трехкомпонентную модель: вес тела = вес жира + вес мышечной массы + вес костной массы или ЖМ + ММ + КМ. Такая модель нашла в спортивной практике широкое применение во всем мире.

Исследования проводились на студентах 2 и 3 курсов кафедры ФВСиМП филиала Тюменского Государственного университета в г. Тобольске. Для эксперимента были выбраны 10 юношей 2 курса и 10 юношей 3 курса, возраст испытуемых был в пределах 19-20 лет. Данные исследований приведены в таблице.

Сравнительная характеристика компонентов физического развития спортсменов

Исследуемые компоненты физического развития	Показатели		Баллы	
	2 курс	3 курс	2 курс	3 курс
Жировая масса (ЖМ)	23 мм.	20 мм.	3 балла	3 балла
Мышечная масса (ММ)	122 см.	131 см.	3 балла	4 балла
Костная масса (КМ)	27%	29%	5 баллов	5 баллов

Из полученных нами результатов можно увидеть, что по сумме баллов компонентов физического развития, у старших студентов (студентов 3 курса) больше