

ные грамматические структуры, утверждая радость работы на занятиях. С огромным интересом учащиеся погружаются в игры типа «Хвастуша», «Фантазеры», «Подзорная труба». Ошибки в английской речи учащиеся исправляют самостоятельно, анализируя и исследуя каждую. Огромным успехом пользуются у учащихся «Picture dictations». Во время проведения такого диктанта дети вспоминают образ слова, его орфографию. Очень часто при проведении аудирования учащиеся с помощью рисунков передают понимание услышанного текста. Основное рабочее время учащихся уходит на самостоятельную работу. Каждое занятие строится таким образом, что любой ребенок выполняет почетную роль учителя, а также ученика. На занятии преподаватель

учит детей справедливо оценивать знания и успехи друг друга, анализировать ошибки, искать их причины и искоренять.

Предлагаемый интенсивный курс английского языка для начальной школы задуман как трехгодичный курс на основе словаря из 2 500 лексических единиц, включающего грамматику разговорного английского языка, усвоение артикуляционной и интонационной базы современного разговорного языка [8].

Технология основана на принципах аудиовизуального обучения. Дети самостоятельно работают с учебником, тетрадью творческих заданий и диктофоном. Дикторами аудиозаписей являются носители языка. К 2005 г. технология полностью будет обеспечена набором учебников и методических материалов.

Литература

1. Востриков А.А. Теория, технология и методика продуктивной педагогики в начальной школе. Томск, 1999.
2. Востриков А.А. Педагогика развития резервных возможностей личности. Курс продуктивного обучения для учителей начальной школы. Одесса, 1992.
3. Востриков А.А. и др. English Intensive Course for Children and Their Parents. 1-й год обучения. Томск; Новосибирск, 1999.
4. Лозанов Г., Гатева Е. Суггестопедическое практическое руководство для преподавателей иностранных языков. София, 1981.
5. Кушнир А.М. Педагогика иностранного языка // Школьные технологии. 1997.
6. Кушнир А.М. Зачем ребенок приходит в школу // Там же. 1996. № 6.
7. Иценко И.А. Особенности введения грамматических структур в интенсивном курсе английского языка для первого класса. Мат-лы регион. науч.-практ. конф. 23–24 марта 1998 г. Томск, 1998.
8. Иценко И.А. Особенности преподавания интенсивного английского языка в начальной школе второго года обучения // Мат-лы VII Всерос. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых «Наука и образование». 14–19 апр. 2003 г. Т. 3. Ч. 1. Томск, 2003.

А.В. Чесноков

РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ПЕДАГОГА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ПОСРЕДСТВОМ НЕТРАДИЦИОННЫХ МЕТОДИК

Томский государственный педагогический университет

Актуальность разработки путей совершенствования профессионального мастерства педагога обусловлена закономерностями общественного развития и высокой социальной значимостью проблемы повышения качества подготовки специалиста-профессионала, основанной на гуманистических идеалах и принципах [1–4].

Изменение социальных и экономических устоев нашего общества затрагивает все области его материальной и духовной жизни. Не является исключением и педагогическая наука. Ее общественное значение определяется тем реальным вкладом, который она может внести в решение проблем высшей школы, научно-методическое обеспечение непрерывного образования, повышение эффективности обучения и гражданского воспитания подрастающего поколения, создание интеллектуального потенциала обще-

ства, развитие производительных сил страны, формирование новых общественных отношений и всестороннее, гармоничное становление личности, т.е. в конечном счете в подготовку специалиста-профессионала [1, 2, 5].

Именно в процессе подготовки и обучения будущих специалистов в физкультурных вузах складываются те ориентиры, навыки, знания, которые в последующем в значительной мере будут определять лицо всей сферы физической культуры и спорта, ее реальное место и значимость в обществе. Таким образом, резервы улучшения процесса профессиональной подготовки преподавателя физической культуры необходимо искать в вузовской системе [2, 6].

Специфика физкультурных вузов заключается в том, что содержанием большинства занятий является активная двигательная деятельность, т.е. процесс

обучения идет посредством и через многообразие физических упражнений. Поэтому студент должен владеть не только общепедагогическими знаниями и умениями, но и специальными качествами, которые в большей мере зависят от его двигательного-технического потенциала [2, 4–7].

Следовательно, необходимо совершенствовать процесс развития двигательных качеств специалиста как профессионально значимых, без которых достижение вершин профессиональной культуры и профессионального мастерства становится невозможным даже теоретически. Основными задачами двигательной подготовки в настоящее время должны быть обобщение и углубление теоретических знаний в этой области, а также формирование специальных умений и навыков [5, 6].

Специалист по физической культуре и спорту немислимо без отличной практической подготовки. Каждый преподаватель должен технически безукоризненно показать предусмотренные программой физические упражнения и выполнить без затруднений любые контрольные нормативы из школьной или вузовской учебной программы. С помощью профессиональной подготовки педагог завоевывает уважение и авторитет в ученической среде, в результате чего эффективность педагогического воздействия такого преподавателя-мастера повышается на порядок [2].

«Курс спортивного совершенствования» (КСС) занимает одно из центральных мест в системе профессиональной подготовки студентов – будущих преподавателей физической культуры и спорта. Основная задача спортивной подготовки на КСС состоит в увеличении запаса двигательного опыта, развитии двигательных качеств, повышении уровня спортивного мастерства, которое непосредственно влияет на формирование профессионализма [5, 6].

Однако объем часов, предусмотренных учебным планом на КСС, не позволяет приобрести весь перечень профессионально важных знаний, умений и навыков в необходимом объеме. Становится очевидным, что ныне существующая вузовская практика не дает должного эффекта в качественной подготовке будущих преподавателей физической культуры и спорта даже в рамках школьной программы, где игры и гимнастика являются основными средствами физического развития. Следовательно, необходимы существенно новые подходы к решению проблемы профессионального двигательного совершенствования специалиста, так как двигательные способности являются основными компонентами в структуре профессиональной подготовленности педагога физической культуры и спорта [4, 8–11].

Цель исследования – обоснование и экспериментальное подтверждение влияния нетрадиционной методики биомеханической стимуляции (БМС) на повышение уровня двигательного-технического подготов-

ленности как основы профессионализма педагога физической культуры и спорта.

В экспериментальной работе на последних двух этапах было задействовано 85 студентов (юношей) факультета физической культуры (ФФК) ТГПУ в возрасте от 17 до 21 года (I–IV курс) и имеющие I–III спортивные разряды по спортивной гимнастике и II–III разряды в игровых видах спорта (волейбол, баскетбол). Испытуемые комплектовались в группы в зависимости от спортивной специализации (гимнасты и игровики). Обработка полученных данных велась посредством методов, применяемых в педагогических исследованиях в области физической культуры и спорта [12, 13].

Обобщая результаты теоретического анализа проблемы и экспериментальной работы по изучению эффективности разработанной нами методики применения БМ-стимуляции в повышении профессионального уровня педагога физической культуры и спорта (его двигательного-технического подготовленности), можно констатировать актуальность и востребованность проведенного исследования, а также оценить перспективы дальнейшей разработки данной темы.

Выявлена совокупность педагогических организационно-методических условий эффективного развития исследуемых двигательных качеств, посредством которого достигалось не только повышение технической подготовленности, но и улучшение качественного уровня подготовки педагога в целом. Составляющие данной методики были найдены и уточнены нами в результате проведения данного экспериментального исследования.

Данная работа не может претендовать на полное решение поднятой проблемы. На наш взгляд, существует несколько наиболее вероятных направлений ее дальнейшего развития. Во-первых, настоящее исследование выполнено на материале факультета физической культуры. Между тем многие выявленные закономерности, как нам представляется, характерны для многих спортивных специализаций, а если смотреть шире и выйти за рамки студенческой физической культуры и спорта, то для всех лиц, практикующих данный вид деятельности. Во-вторых, предполагается и уже в некоторых случаях доказано положительное влияние данной методики не только на силовые способности, но и на такие физические качества, как гибкость и быстрота (это в какой-то мере также доказано проведенным исследованием). В-третьих, результаты работы показали, что есть значительный резерв повышения уровня профессиональной подготовки преподавателя физической культуры и спорта благодаря внедрению в тренировочный процесс новых, более эффективных методов и методических приемов.

Для продолжения исследований по данной проблеме выделяются следующие направления: поиск оптимального диапазона соответствующих парамет-

ров стимуляции в ходе развития не только иных, не изучавшихся нами видов силовых способностей с присущими им режимами работы мышц, но и применительно к конкретной мышце и мышечной группе; нахождение оптимальной последовательности стимуляции (отдельные мышечные группы, виды и режимы двигательных способностей); комбинация различных частот и способов воздействия; возрастные особенности действия методики биомеханической стимуляции; сочетание стимуляции с другими средствами восстановления; время воздействия, его место в тренировке, микро- и макроцикле; половые особенности данного вида воздействий; состояние нервно-мышечной системы и эффект БМ-стимуляции, а также оптимальное сочетание и комбинирование указанных выше параметров, характеристик и переменных БМС. Вот далеко не полный перечень возможных направлений разработки данной методики.

Таким образом, теоретический анализ и изучение результатов экспериментальной работы позволяют сделать следующие выводы:

1. Анализ научной литературы и изучение практического опыта свидетельствуют о том, что традиционные методики не в полной мере решают задачи двигательно-технической подготовки студента – будущего педагога физической культуры и спорта. Это побудило нас к поиску новых, более действенных подходов к решению данной проблемы посредством экспериментального изучения новой нетрадиционной методики БМ-стимуляции.

2. В результате исследования целесообразности применения различных параметров и способов БМС мы пришли к заключению о том, что из всех изучаемых частот воздействия (15, 25, 35 Гц) наиболее эффективным оказалось влияние частоты 15 Гц – прирост максимальной статической силы мышц плечевого пояса составил 12 % ($P < 0.05$), максимальной динамической 21 % ($P < 0.05$). Более действенной оказалась непосредственная работа на аппаратах БМС – прирост максимальной статической силы составил 11 % ($P < 0.05$), динамической 18 % ($P < 0.05$).

3. Разработанная нами экспериментальная методика использования аппаратов БМ стимуляции оказалась значительно эффективнее традиционной методики развития силы, что подтверждено результатами прироста максимальной статической силы на 13.5 % ($P < 0.05$), максимальной динамической – на 15.5 % ($P < 0.05$). Наряду с приростом силовых качеств произошло достоверное ($P < 0.05$) увеличение степени подвижности в плечевых суставах (в первой части основного педагогического эксперимента на 5.1 %, во второй – на 4.6 %). У студентов контрольных групп данной зависимости не обнаружено.

4. В экспериментальных группах, использовавших методику БМС, обнаружено улучшение спортивного результата ($P < 0.05$). Так, средняя сумма баллов отдельного испытуемого экспериментальной группы

улучшилась: в первой части эксперимента на 2.7 ($P < 0.05$), во второй – на 1.8 балла ($P < 0.05$). Причем наибольшее улучшение спортивного результата произошло на гимнастических кольцах, брусьях, перекладине ($P < 0.001$). Применение традиционных методов развития максимальной силы в контрольных группах привело к незначительному улучшению суммы полученных на соревнованиях баллов, но не оказало ни в одном из рассмотренных случаев существенного влияния на спортивный результат ($P > 0.05$).

5. Исследование показало, что у студентов-игровиков (волейбол, баскетбол) степень прироста силовой выносливости мышц плечевого пояса и ее достоверность были выше, чем у студентов контрольных групп. Так, в первой части основного эксперимента у экспериментальной группы прирост силовой выносливости составил 18 % ($P < 0.05$), а у контрольной – 8.8 % ($P < 0.05$). Во второй части – у экспериментальной группы прирост изучаемого качества равнялся 15.4 % ($P < 0.05$), у контрольной – 6.5 % ($P < 0.05$). Это свидетельствует о положительном влиянии экспериментальной методики на силовую выносливость мышц плечевого пояса студентов.

6. В результате анализа полученных экспериментальных данных, по истечении 5–9 недель отдыха, в экспериментальных группах подтвержден значительный прирост исследуемых силовых качеств относительно исходного уровня ($P < 0.05$). У испытуемых контрольной группы данная тенденция не обнаружена.

7. Проведенное исследование доказывает, что разработанная экспериментальная методика способствует повышению профессионального уровня педагога физической культуры и спорта, благодаря эффективно становлению его двигательно-технической подготовленности содействует повышению уровня спортивного мастерства студентов, что подтверждается результатами сдачи теоретических и практических зачетов, итогами участия в спортивных соревнованиях.

Таким образом, данное исследование намечает основные пути организации и методики развития двигательно-технических способностей студентов специализированных вузов в условиях тренировки на «Курсе спортивного совершенствования», позволяет рекомендовать и внедрять в практику работы предложенную методику.

До настоящего времени в практике подготовки специалиста в области физической культуры и спорта биомеханическая стимуляция с целью развития двигательных качеств не применялась. Одной из причин этого является и то, что исследования в данном направлении практически не ведутся, а поэтому нет проверенных экспериментальных данных и основанных на них достаточно точных практических рекомендаций.

Отсюда основная задача настоящих практических рекомендаций заключается в оказании помощи специалистам в освоении этого эффективного метода развития двигательных способностей, который, как

показал эксперимент, оказывает положительное влияние на техническую подготовленность и улучшает, в целом, уровень подготовки преподавателя физической культуры и спорта. Однако этот методический прием должен быть использован только в сочетании с физическими упражнениями.

В целях сокращения сроков развития специфических двигательных способностей студентов и, таким образом, повышения эффективности подготовки специалистов физической культуры и спорта на базе специализированных вузов целесообразно применять методику БМС.

С целью повышения эффективности становления максимальной статической и динамической силы мышц плечевого пояса студентов-гимнастов и их технического уровня рекомендуется использовать разработанную методику применения аппаратов БМС.

Не рекомендуется использовать БМС как средство активного отдыха между подходами (при развитии максимальной статической и динамической силы мышц плечевого пояса), так как эффективность такого воздействия оказалась крайне низкой. Мы предполагаем, что подобная закономерность будет наблюдаться

не только при развитии максимальной силы, но и других двигательных качеств как слагаемых профессионализма педагога физической культуры. Поэтому мы указываем на целесообразность непосредственного выполнения упражнений на БМ-аппаратах.

Для развития максимальной статической и динамической силы мышц плечевого пояса рекомендуется применять выявленные нами в исследовании параметры БМС.

Необходимо при работе на аппаратах биомеханической стимуляции учитывать специфику развития тех или иных двигательных способностей.

Методически грамотное применение методики БМС с целью развития двигательных способностей требует тщательного подбора соответствующих упражнений с расчетом воздействия стимуляции вдоль мышечных волокон.

Таким образом, реализация на практике разработанной методики применения аппаратов биомеханической стимуляции может, как показало исследование, реально обеспечить прирост уровня двигательной-технической подготовленности студентов – будущих специалистов в области физической культуры и спорта.

Литература

1. Абдулина О.А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования. М., 1990.
2. Быков Ю. Теоретические и методические аспекты формирования профессионала-педагога в период обучения в физкультурном вузе // Теор. и практ. физ. культ. 1996. № 12.
3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. М., 1988.
4. Струнин И.А. Профессиональная двигательная подготовка будущих учителей физической культуры: Дис. ... канд. пед. наук. М., 1994.
5. Чичикин В.Т. Проблемы содержания физкультурного образования // Теор. и практ. физ. культ. 1994. № 12.
6. Земсков Е.А. Технология освоения профессиональной деятельности тренера-преподавателя по гимнастике в аспекте многоуровневой структуры высшего образования в России // Там же. 1997. № 11.
7. Malina R.M. Anthropometric correlates of strength and motor performance // Exercise and Sport Sciences Reviews. 1975. V. 3.
8. Андрианова Г.Г., Коц Я.М., Мартынов В.А. и др. Применение электростимуляции для тренировки мышечной силы // Новости медицинского приборостроения. 1971. Вып. 3.
9. Белов Е.С. Электростимуляционная тренировка мышечного аппарата гимнастов высших разрядов: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1974.
10. Бойко В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. М., 1987.
11. Назаров В.Т. Развитие силовых качеств спортсменов методом биомеханической стимуляции // Теор. и практ. физ. культ. 1987. № 12.
12. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. М., 1978.
13. Зацiorsкий В.М. Спортивная метрология. М., 1982.

Г.Н. Попов

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Томский государственный педагогический университет

Развитие мирового сообщества в последние десятилетия все более явно ставит в центр системы образования и воспитания приоритет человеческой личности. В этих условиях ключевой фигурой становится педагог как носитель общечеловеческих ценнос-

тей, созидатель творческой индивидуальности. Сложность и неоднозначность происходящих и в нашем обществе перемен ставят педагога перед необходимостью ценностного самоопределения, требуют от него реализации демократических и гуманистичес-