

*На правах рукописи*

КОТОВА Татьяна Германовна

**ДИФФЕРЕНЦИАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТОВ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ТЕХНИКЕ СПОРТИВНЫХ  
ЕДИНОБОРСТВ С ОПОРОЙ НА ЛИЧНОСТНЫЙ ОПЫТ  
ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

13.00.04 Теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки, оздоровительной  
и адаптивной физической культуры

**АВТОРЕФЕРАТ**  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Тюмень - 2015

Диссертация выполнена на кафедре спортивных дисциплин  
ФГБОУ ВО «Тюменский государственный университет»

**Научный руководитель** – доктор педагогических наук, профессор  
**Манжелей Ирина Владимировна**

**Официальные оппоненты:** **Свищев Иван Дмитриевич**,  
доктор педагогических наук, профессор,  
ФГБОУ ВПО «Российский государственный  
университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма», кафедра теории и методики  
единоборств, профессор кафедры (г. Москва);  
**Дворкин Леонид Самойлович**,  
доктор педагогических наук, профессор,  
ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный  
университет физической культуры, спорта и  
туризма», кафедра физкультурно-  
оздоровительных технологий, профессор кафедры  
(г. Краснодар).

**Ведущая организация** – ФГБОУ ВПО «Адыгейский государственный  
университет»

Защита состоится 10 декабря 2015 года в 14.00 часов на заседании  
диссертационного совета Д 212.274.01, созданного на базе ФГБОУ ВО  
«Тюменский государственный университет», по адресу: 625003, г. Тюмень,  
ул. Семакова, 10, ауд. 211.

С диссертацией можно ознакомиться в ИБЦ ФГБОУ ВО «Тюменский  
государственный университет» по адресу: 625003, г. Тюмень, ул. Семакова, 18,  
а также на официальном сайте ТюмГУ, код доступа: <http://d21227401.utmn.ru>

Автореферат разослан 15 октября 2015г.

Ученый секретарь  
диссертационного совета

Строкова Т.А.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** В рамках обновления педагогического образования в России на рубеже XXI века, разработки и внедрения профессионального стандарта педагога большое внимание уделяется подготовке педагога новой формации, готового к работе с детьми и подростками, в том числе с ослабленным здоровьем, обладающего широким диапазоном когнитивных, коммуникативных и двигательных способностей, чтобы помочь учащимся найти себя в будущем, стать уверенными в себе людьми, уметь защитить себя и своих близких. В связи с этим спортивный педагог должен владеть техникой различных видов спорта, в том числе единоборств, для организации пользующегося популярностью у школьников спортизированного физического воспитания (В.К.Бальсевич, Л.И. Лубышева), то есть обладать большим спектром общекультурных и профессиональных компетенций.

Вопросы развития высшего физкультурного образования и формирования компетенций спортивных педагогов рассмотрены в работах М.Я. Виленского, Е.Ф.Орехова, С.Г. Сейранова, В.А.Магина и др. Однако проблема подбора педагогического инструментария, необходимого для оценки и формирования профессиональных компетенций у будущих учителей физической культуры и тренеров с опорой на личностный опыт двигательной деятельности, в литературных источниках решается унифицированно, мало затрагивая конкретные предметные области, в том числе единоборства.

Несмотря на то, что в последние десятилетия развитию единоборств в России посвящен ряд работ – А.А. Передельским (2009) представлен глубокий анализ социально-педагогической системы спортивных единоборств, Х.А. Тонояном (2002) разработана технология подготовки специалистов по физической культуре с углубленным изучением единоборств, в исследованиях К.С. Лавриченко (2008), Г.Г.Мельчаковой (2005), Ю.Н. Труфанова (2012) осуществлен подбор содержания обучения студентов единоборствам, а А.А. Клетнева (2006), В.Л. Дементьев (2004) представили методику обучения технико-тактическим действиям в различных видах единоборств, – эффективность обучения студентов институтов физической культуры, специализирующихся в различных видах спорта, технике спортивных единоборств невелика в силу отсутствия дифференцированных технологий обучения в рамках стандартов третьего поколения.

Анализ теории и практики подготовки бакалавров физической культуры позволил выделить ряд **противоречий**:

- между потребностью общества в универсальных, творчески активных, обладающих общей и профессиональной культурой спортивных педагогов, способных готовить детей к жизни в динамичном, часто небезопасном мире

информационной культуры, и традиционным содержанием учебного процесса в институтах физической культуры, не в полной мере обеспечивающим запросы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ;

- между требованиями государственных образовательных стандартов к уровню и качеству профессиональной подготовки спортивных педагогов и недостаточной проработанностью педагогического инструментария для формирования и оценки профессиональных компетенций;

- между традиционной академической групповой системой обучения, не учитывающей спортивную специализацию студентов, и необходимостью организации дифференцированного образовательного процесса, ориентированного на учет физического и биомеханического потенциала студента (личностного опыта спортивной деятельности) в процессе формирования техники спортивных единоборств.

Таким образом, проблема подготовки спортивных педагогов с широким репертуаром двигательного опыта попадает в смысловое поле современного педагогического образования: формирование общекультурной и профессиональной компетентности и готовности реализовать полученный опыт спортивных единоборств в профессиональной деятельности, что определило выбор темы нашего исследования: «Дифференциация обучения студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности».

*Личностный опыт двигательной деятельности* определяется нами как результат практического освоения и выполнения физкультурно-спортивной (спортивная специализация) деятельности, опирающийся на приобретенные знания, умения и физические кондиции человека, а также сформированное отношение к данной деятельности, ориентированной на самосовершенствование.

**Объект исследования** – процесс обучения студентов института физической культуры.

**Предмет исследования** – содержание и условия дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

**Цель исследования** – выявление ключевых оснований для дифференциации обучения спортивных педагогов, теоретическое и экспериментальное обоснование содержания и условий дифференциации обучения студентов по дисциплине «Единоборства» с опорой на личностный опыт двигательной деятельности, позволяющих повысить эффективность образовательного процесса.

**Гипотеза исследования.** Мы предположили, что повышение качества учебного процесса по дисциплине «Единоборства» возможно, если:

- опираясь на положение А.Н. Леонтьева о единстве сознания и деятельности, формировать технику двигательных действий с опорой на личностный опыт двигательной деятельности студентов (биомеханические особенности движений в виде спорта, морфофункциональную, физическую, мотивационную готовность);

- осуществить отбор сквозных дидактических единиц (универсальных двигательных действий) и структурирование учебного материала в самбо, дзюдо, греко-римской и вольной борьбе в соответствии с тремя модулями, ориентированными на развитие *ведущих физических качеств, обучение технике и интегральную подготовку*;

- дополнить содержание обучения студентов технике единоборств заданиями теоретической, методико-практической направленности (схемы, учебные карточки, технологические карты, опорные конспекты) и самостоятельной работы (комплексные ситуационные задачи, идеомоторные тренировки), ввести упражнения для развития западающих физических кондиций (повторно-интервальный, переменно-интервальный, круговой, игровой, соревновательный, кроссфит) и предупреждения типичных ошибок (комплексы общих и специальных: имитационные, подводящие, комбинированные (сопряженные), идеомоторные упражнения);

- дифференцировать темп, методы, приемы обучения и контроля через выделение групп студентов, имеющих различный опыт занятий (специализации в виде спорта) циклическими, ациклическими или ситуационными (спортивные игры и единоборства) видами спорта;

- для прояснения студентами личностных смыслов выполнения каждого двигательного действия применять конкретизацию целей и актуализацию значимых мотивов деятельности, а также смысловой анализ техники единоборств и активные методы (модерация, анализ конкретных проблемных ситуаций, работа в парах, мультимедиа);

- использовать рейтинговую систему оценки учебных достижений студентов для формирования мотивации учения;

- критериями оценки эффективности обучения студентов технике спортивных единоборств считать повышение уровня знаний, умений, двигательного опыта и позитивные изменения свойств и качеств личности студентов.

В соответствии с целью и гипотезой исследования были сформулированы следующие **задачи**:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по проблеме обучения студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств.

2. Выявить структуру и содержание личностного опыта двигательной деятельности и индивидуально-личностные особенности у студентов, обучающихся в институте физической культуры.

3. Обосновать методологические основания дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с учетом личностного опыта двигательной деятельности.

4. Разработать, теоретически и экспериментально обосновать технологию дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

**Методологической и теоретической основой** исследования явились:

- методология и теория педагогических исследований (В.И. Загвязинский, В.В. Краевский, М.М. Поташник);

- теории деятельности и субъективных смыслов, мотивации деятельности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.А. Леонтьев);

- идеи личностно-деятельностного (П.Я. Гальперин, И.А. Зимняя, Н.Ф.Талызина), личностно-ориентированного (Е.В. Бондаревская, М.Я.Виленский, В.В. Сериков, И.С. Якиманская и др.) и компетентностного подходов в образовании (А.А. Вербицкий, И.А. Зимняя, Э.Ф. Зеер, Ю.Г. Татур и др.);

- теории и технологии обучения (В.П. Беспалько, Ю.К. Бабанский, В.И.Загвязинский, М.В.Кларин и др.), дифференциации обучения (Ю.К. Бабанский, И.М. Осмоловская, И.Э. Унт и др.), модульно-блочного обучения (М.А. Чошанов);

- основные положения теории и методики физического воспитания и спорта (Б.А. Ашмарин, Л.П. Матвеев, Н.Г. Озолин, В.Н. Платонов, Ж.К. Холодов и др.);

- идеи модернизации процесса профессиональной подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта (Е.Ф. Орехов, С.Г. Сейранов, В.А. Магин);

- труды по основам спортивной физиологии и классификации физических упражнений (В.М. Волков, Я.М. Коц, А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб, В.С. Фарфель и др.); законы формирования двигательных действий (М.М. Боген); психологические основы волевой подготовки в спорте (А.Ц. Пуни); психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений (Т.Т. Джамгаров);

- работы по теории и методике спортивной борьбы (И.И. Алиханов, Ю.М.Беников, Я.К. Коблев, Р.А. Пилюян, И.Д. Свищев, Г.С. Туманян, Ю.А. Шахмурадов, Ю.А.Шулика и др.).

**Методы исследования:** *теоретические* (анализ психолого-педагогической и специальной литературы по проблеме исследования, обобщение, моделирование) и *эмпирические* (опытно-поисковая работа, наблюдение, анкетирование и тестирование, врачебно-педагогические обследования и методы математико-статистической обработки информации).

**Организация исследования.** Исследование проводилось в течение 2009-2014 гг. на базе Института физической культуры Тюменского государственного университета и включало три этапа.

На первом этапе (2009-2010 гг.) изучалось состояние проблемы в высшем спортивно-педагогическом образовании, а также в теории и практике физической культуры и спорта. Были сформулированы цель, рабочая гипотеза, поставлены задачи и проведено пилотажное исследование.

На втором этапе (2011-2013 гг.) автором была организована опытно-поисковая работа, разрабатывалась и экспериментально проверялась технология дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

На третьем (2013-2014гг.) осуществлялась обработка результатов опытно-поисковой работы, осуществлены их систематизация и обобщение, сформулированы выводы, оформлен текст диссертации.

### **Научная новизна**

1. *Установлены* факторы, влияющие на качество выполнения техники спортивных единоборств: *внешние – статусно-символические* (ранг соревнований, квалификация соперников и др.), *коммуникативные* (поведение тренера, болельщиков и др.), *эко-предметные* (климатические условия в спортивном зале, спортивная форма) и *внутренние – физические кондиции* (координационные и скоростно-силовые способности, выносливость, гибкость); *типичные ошибки техники* (кинематические и динамические характеристики выполняемых ДД); *психологические* (локус контроля, доминирующий мотив – избегание неудач, недостаточно устойчивый интерес к педагогической деятельности, уровень психоэмоционального состояния).

2. *Выявлены типичные ошибки при освоении техники единоборств:* неумение ситуационно сохранять и изменять положение тела в пространстве; направление, темп и амплитуда движений; низкая скорость выполнения движений; сохранение устойчивости тела; несоразмерность мышечных усилий; рассогласованность движений рук и ног; закрепощенность движений туловища и нижних конечностей; внесение в двигательное действие лишних движений.

3. *Определены* интегративные параметры, необходимые для описания личностного опыта двигательной деятельности: особенности движений; особенности координации; специфика техники; ведущие физические качества; морфологические особенности; ведущие волевые качества; характер спортивного взаимодействия.

4. *Уточнены* и систематизированы ключевые дидактические модули по дисциплине «Единоборства» (самбо, дзюдо, греко-римская, вольная борьба):

развитие *ведущих физических качеств* (координационные и скоростно-силовые способности, выносливость, гибкость); *обучение технике и тактике спортивных единоборств*: ключевые рабочие позы (в стойке, полустоя, полулежа, в партере, лежа), универсальные двигательные действия (в защите и нападении: броски; удержания; защиты; контрприемы и комбинации) и *интегральная подготовка* (психологическая, соревновательная и судейская практика).

5. *Разработана* технология дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности (циклические, ациклические, ситуационные виды спорта), характеристиками которой являются: *диагностичность* (цели, задачи и критерии достижения результатов для разных групп), *алгоритмичность* (последовательность усвоения знаний, умений, двигательного опыта, включающая три ступени: диагностико-проектировочную, содержательно-технологическую и результативную), *эффективность* (темп прохождения, качество выполнения и ресурсное обеспечение обучения студентов технике двигательных действий), *воспроизводимость* (наличие четкой схемы и возможность применения в условиях основной и профессиональной школы).

6. *Обоснована* эффективность применения технологии дифференциации обучения студентов технике единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности и индивидуальных особенностей студентов; совершенствование физических кондиций; коррекции типичных ошибок в обучении: создание схемы ориентировочной основы действия и смысловой связи всех основных опорных точек, смысловой анализ техники единоборств, контроль, взаимоконтроль и самоконтроль студентами своих двигательных действий, что позволило достичь достоверного повышения результатов в технике единоборств, уровня физических кондиций, а также позитивных изменений индивидуальных особенностей студентов.

### **Теоретическая значимость**

- выявлены возможности дифференциации в рамках различных моделей физического воспитания: в традиционной – *селективная* («внешнее во внутреннее»); в развивающей модели – *селективно-элективная* («внешняя организация внутренних процессов развития»), применяемая в рамках нашего исследования; в личностно-ориентированной – *элективная* («внешнее через внутреннее»); в компетентностной (или личностно-деятельностной) – *элективно-селективная* («внутреннее во внешнее»);

- уточнено понятие *личностный опыт двигательной деятельности* за счет акцента на результате практического освоения и выполнения физкультурно-спортивной (спортивная специализация) деятельности, опирающийся на приобретенные знания, умения и физические кондиции человека, а также



сформированное отношение к данной деятельности, ориентированной на самосовершенствование;

- разработана модель технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств, включающая три ступени: диагностико-проектировочную, содержательно-технологическую и результативную, отличительными особенностями которой является опора на личностный опыт двигательной деятельности студентов (специализации по видам спорта); дифференцированное обучение технике спортивных единоборств на основе коррекции типичных ошибок и развитии отстающих физических качеств, а также степени самостоятельности, ответственности и активности; освоение действий через смысловой анализ конкретных проблемных ситуаций; работа в парах (стандартные, вариативные условия); групповая работа (модерация); самоконтроль студентов за собственной деятельностью; ведение учебных, учебно-тренировочных и соревновательных поединков.

#### **Практическая значимость заключается:**

- в разработке технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности (спортивная специализация), развитии специальных физических качеств (содержание, методы, условия для сформированных групп) и учете типичных ошибок, возникающих при обучении технике двигательных действий, применимой в обучении студентов как в институтах физической культуры, так и в спортизированном физическом воспитании учащихся и студентов;

- в выделении универсальных двигательных действий техники в спортивных единоборствах (самбо, дзюдо, греко-римская, вольная борьба): *броски в стойке* – через бедро, спину (плечо) с колена (колен) захватом руки на плечо, спину с захватом руки на плечо, через плечи с колен «мельница»; *приемы в партере*: удержание (туше) сбоку, поперек, со стороны головы; перевороты: забеганием захватом руки на ключ и предплечьем на шею, скручиванием захватом рук сбоку, накатом захватом шеи из-под плеча и туловища сверху, скручиванием захватом предплечья изнутри; *комбинации бросков* – удержание (туше): через бедро – поперек; через спину (плечо) с колена – сбоку; через спину с захватом руки на плечо – со стороны головы; через плечи с колен «мельница» – со стороны головы;

- в разработке содержания технологической карты обучения двигательным действиям, которое применительно к трем этапам (начального, углубленного разучивания, совершенствования) включает: *цели* (формирование мотивации, знаний и двигательного представления; закрепление знаний, двигательных представлений; увеличение скорости, свободы, вариативности действий) *и, что особенно важно, содержание деятельности преподавателя* (учебные шаги:

постановка цели; обозначение смысловой связи; направленность на усвоение двигательных действий с экономизацией энергозатрат) *и деятельности студента* (отношение; знание, понимание; двигательный опыт), *результаты обучения* (ознакомления с движением; двигательное умение; двигательный динамический стереотип);

- в разработке педагогического инструментария для выявления (анкеты, тесты), предупреждения (идеомоторные упражнения, модерация, проблемные ситуации, работа в парах), развития отстающих физических качеств и коррекции типичных ошибок при выполнении техники единоборств (основные опорные точки; комплексы общих и специальных: имитационных, подводящих, комбинированных (сопряженных); идеомоторных упражнений; смысловой анализ; самоконтроль);

- в определении критериев оценки техники спортивных единоборств и специальных физических качеств в соответствии с рейтинговой оценкой учебных достижений, которые позволят более точно выявлять результаты обучения студентов.

**Апробация результатов исследования.** Материалы исследования докладывались и обсуждались на международных (с. Wiesbaden, Germany, 2012 г.; Омск, 2014; г. Новосибирск, 2014; г. Ставрополь, 2014), всероссийских (г. Тула, 2014; г. Тюмень, 2011, 2012, 2013, 2014; г. Челябинск, 2013, 2014), региональных научно-практических конференциях (г. Тюмень, 2012, 2013, 2014, 2015).

**Достоверность** полученных результатов и сделанных выводов исследования подтверждается использованием значительного объема теоретического материала, касающегося проблем обучения студентов технике спортивных единоборств; применением адекватных методов исследования, значимостью полученных результатов; продолжительностью опытно-поисковой работы; количественным и качественным анализом ее результатов; внедрением в практику обучения студентов разработанных автором методических материалов.

#### **Положения, выносимые на защиту**

1. Вопреки распространенному мнению, согласно которому традиционно обучение студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств осуществляется на основе изучения элементов техники отдельно в каждом виде борьбы без опоры на двигательный опыт студентов, считаем более эффективным одновременное обучение универсальным (сквозным) двигательным действиям, применяемым во всех изучаемых видах единоборств, с опорой на личностный опыт двигательной деятельности студентов, дифференцируя темп, средства и методы обучения и контроля, развивая отстающие физические качества и предупреждая типичные ошибки.

2. Обоснована целесообразность применения технологии

дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности (циклические, ациклические, ситуационные виды спорта), развитие физических кондиций и учетом типичных ошибок при выполнении техники двигательных действий через продуктивное педагогическое взаимодействие, формирование мотивации, подбор и варьирование средств и методов обучения на основе различных подводящих упражнений, развития отстающих физических качеств и коррекции ошибок, а также рейтингового контроля за результатами учебной деятельности в процессе прохождения диагностико-проектировочной, содержательно-технологической и результативной ступеней в разном темпе и до разного уровня (минимального, базового, повышенного) освоения учебного материала по всем модулям.

3. При реализации технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств следует опираться на следующие принципы: *опоры на личностный опыт двигательной деятельности* (специализации по видам спорта) для формирования учебных групп, постановки целей, уточнения содержания, методов и приемов обучения и контроля; *вариативности процесса обучения* для альтернативного выбора студентами темпа и уровня освоения учебного материала; *продуктивного взаимодействия* для согласования целей, методов и форм учебной работы (студент-преподаватель; студент-студент), способствующих решению учебных задач, стимулирующих личностное развитие студентов; *значимой мотивации* для стимулирования учебно-познавательной активности через осознание смыслов (для меня лично и практической деятельности) и смысловой анализ каждого двигательного действия.

4. Доказана эффективность применения технологической карты обучения двигательным действиям, которая включает три этапа (начального и углубленного разучивания, совершенствования), цели, содержание деятельности преподавателя и студента, результаты обучения, на основе создания общего схематичного, нерасчлененного, преимущественно зрительно-двигательного образа изучаемого упражнения на первом этапе к расчлененному, детализированному, мысленно-двигательному образу на втором этапе и к свернутому, обобщенному, мышечно-двигательному образу на третьем этапе через достоверное повышение уровня физической подготовленности ( $p < 0,05$ ), повышение качества выполнения техники спортивных единоборств (от 25 до 60%), уровня сформированности компетенций (повышенный уровень от 15 до 65%), а также положительной динамики индивидуальных особенностей студентов и интереса к педагогической деятельности (устойчивый от 20% до 66%).

**Структура и объем диссертации.** Работа включает в себя введение, четыре главы, выводы, список литературы и приложения. Диссертация изложена на 215

страницах текста, содержит 38 таблиц, 31 рисунок и 19 приложений. Список литературы содержит 257 источников.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении раскрываются проблема и актуальность диссертационного исследования, формулируются объект, предмет, цель, гипотеза и задачи. Описываются методы и теоретические основы. Раскрываются научная новизна, теоретическая и практическая значимость, этапы работы. Представлены основные положения, выносимые на защиту, апробация и внедрение результатов исследования.

В первой главе **«Особенности обучения студентов институтов физической культуры технике единоборств»** анализируются организационные основы высшего спортивно-педагогического образования в контексте компетентностного подхода, содержание и условия дифференциации обучения, рассмотрены особенности обучения студентов техники спортивных единоборств.

В рамках реализации новой стратегии образования спортивный педагог должен обладать спектром общекультурных и профессиональных компетенций и способностью применять межпредметные и надпредметные знания, умения и личностный опыт в профессиональной деятельности (Е.Ф. Орехов, В.А. Магин, Т.В. Фендель). Подготовка спортивного педагога в рамках программ академического бакалавриата тесно связана с повышением активности и самостоятельности студентов (В.В. Богданова, С.В. Ереги́на, В.В. Кадомцев, С.В. Кузьмина), что предполагает дифференциацию учебного процесса.

Вслед за И.В. Манжелей, нами уточнены виды дифференциации, типичные для различных моделей образования и физического воспитания: *селективная дифференциация* реализуется в «знаниевой» модели образования, а в физическом воспитании – в «кондиционной» модели по принципу – «внешнее во внутреннее» (В.В. Зайцева, Е.А. Короткова, В.В. Мякотных и др.); *селективно-элективная* – в развивающей по принципу – «внешняя организация внутренних процессов» (А.Г. Алферов, С.В. Курочкин, В.А. Романович); *элективная* – в личностно-ориентированной по принципу – «внешнее через внутреннее» (Н.В. Барышева, Н.Н. Войткевич, Я.М. Виленский, В.А. Стрельцов и др.); *элективно-селективная* – в личностно-деятельностной или компетентностной модели образования, основной принцип реализации которой – «внутреннее во внешнее» (Л.И. Лубышева, И.В. Манжелей, С.А. Котло, Т.В. Фендаль и др.). В нашем исследовании применяется селективно-элективный вид дифференциации, в основе которого лежат учет опыта занятий конкретными видами спорта (циклические, ациклические, ситуационные) и создание условий для развития познавательных и двигательных способностей на основе подбора дидактических средств и системы педагогических воздействий.

Спортизация физического воспитания подтвердила довольно высокий рейтинг спортивных единоборств у учащихся образовательных учреждений и актуализировала подготовку спортивных педагогов по дисциплине «Единоборства» (Х.А. Тоноян, Ю.Н. Труфанов, В.В. Карпухин и др.). Однако обучение студентов технике спортивных единоборств сопряжено с рядом проблем: необходимостью обучить базовой технике ключевых двигательных действий в стойке, партере и комбинациях в короткие сроки (108 ч.); наличием опыта занятий конкретным видом спорта, часто не связанным с единоборствами, который нередко мешает освоению техники из-за различных особенностей телосложения, биомеханического потенциала и сформированных ранее двигательных стереотипов, что актуализирует применение дифференциации обучения студентов с опорой на личностный опыт двигательной деятельности (ЛОДД).

В ходе работы нами были выделены группы видов спорта: циклические, ациклические и ситуационные (В.С. Фарфель) и описаны специфические особенности опыта двигательной деятельности у спортсменов, занимающихся ими по семи параметрам. В основу трех из них были положены характеристики, которые относятся к структуре двигательных действий в различных видах спорта: особенности движений, координации, специфичность техники (В.С. Фарфель), три – характеризуют особенности физического состояния спортсменов с учетом требований, предъявляемых видом спорта: физические кондиции, морфологические особенности, волевые качества (У. Шелдон, М.Ф. Иваницкий А.Ц. Пуни), один параметр описывает характер спортивного взаимодействия (Т.Т. Джамгаров).

У представителей циклических видов спорта техника двигательных действий характеризуется оптимизацией энергозатрат; рациональным использованием времени и пространства; интенсивностью; высокой общей и скоростной выносливостью, быстротой движений, силой. В ациклических видах спорта выполнение техники двигательных действий требует от спортсменов пространственной и временной точности межмышечной координации; тонкости вращательных дифференцировок; равновесия при наибольшей амплитуде; доминированием силовой выносливости, координации, гибкости и скоростно-силовых способностей. В ситуационных видах спорта важным являются четкое построение техники движений при наименьшей затрате времени; изменение рабочих поз и форм действий; дифференцированные требования к расходу энергии и интенсивности мышечной деятельности; преобладание скоростно-силовых способностей, быстроты, координации, динамической и статической силовой выносливости.

Таким образом, ЛОДД студентов, в зависимости от специфики избранного ими вида спорта различен, что и было положено нами в основу дифференциации

учебного процесса по дисциплине «Единоборства».

Во второй главе **«Методы и организация опытно-поисковой работы»** представлены инструменты и процедура опытно-поисковой работы, а также данные установочного этапа.

Вся опытно-поисковая работа (ОПР) была организована по типу линейного исследования и состояла из трех этапов. *Установочный этап (1)* проводился в 2009-2011 учебных годах (ЭГ-1). На данном этапе ОПР были решены следующие задачи: осуществлен анализ ЛОДД и индивидуальных особенностей студентов по следующим компонентам: *мотивационно-личностный, когнитивно-операциональный, рефлексивно-кондиционный*; отобран учебный материал и определены универсальные двигательные единицы: двигательные действия в стойке (4 ед.) и партере (7 ед.), комбинации (4 ед.); сформированы группы студентов для осуществления дифференцированного обучения соответственно с принадлежностью к виду спорта: Гр-1 – циклические виды спорта, Гр-2 – ациклические, Гр-3 – ситуационные, причем данную группу мы разделили на две подгруппы: в первую (Гр-3-А) вошли студенты, занимающиеся спортивными играми, во вторую (Гр-3-Б) – единоборствами; определены типичные ошибки в технике единоборств и отстающие физические качества, а также степень самостоятельности, ответственности и активности студентов. *Эмпирически-преобразующий этап (2)* проводился в 2011-2012 учебном году (ЭГ-2). На данном этапе решались задачи: модульно-блочное структурирование учебного материала и применение рейтинговой системы оценки учебных достижений студентов; подобраны средства и методы (комплексы общих и специальных упражнений), компенсирующие исправление типичных ошибок в технике двигательных действий, и развитие отстающих физических качеств с учетом ЛОДД; изучение физкультурно-спортивных потребностей и мотивов, эмоционального отношения студентов к занятиям. *Конструктивно-преобразующий этап (3)* был проведен в 2012 и 2014 гг. (ЭГ-3). Задачами данного этапа дополнительно стали: разработка технологической карты обучения двигательному действию (ТКОДД); организация обучения студентов технике спортивных единоборств на основе создания образа «ориентировочной основы действия» (ООД) и выделения «основных опорных точек» (ООТ); осуществление смыслового анализа техники единоборств; изучение индивидуально-типологических особенностей студентов и профессионального интереса к педагогической деятельности.

В ходе установочного этапа было выявлено, что во всех группах (юноши, девушки) техника двигательных действий (ТДД) соответствовала оценкам «удовлетворительно» – от 14 до 38 %; «хорошо» – от 46 до 51 %, «отлично» – от 15 до 30%, лишь в подгруппе студентов, занимающихся единоборствами, 100% – «отлично».

Уровень развития общих физических качеств (ОФП) у студентов соответствовал – 20 % «высокому» и 80 % «выше среднего», в подгруппе единоборств 60% – «высокому» и 40 % – «выше среднего», а уровень развития специальных физических качеств (СФП) соответственно от 20 до 40 % «выше среднего», от 20 до 60 % «среднему», от 20 до 70% «ниже среднего» уровням, а в подгруппе единоборств – 60% «выше среднего», 40% – «высокому» уровню. В процессе обучения студентов технике единоборств мы выделили типичные ошибки, влияющие на эффективность выполнения техники единоборств (табл. 1) и отстающие специальные физические качества. В группе студентов, занимающихся циклическими видами спорта, – координация, гибкость, сила мышц пояса верхних конечностей; ациклическими – у юношей скоростно-силовые способности и координация, а у девушек скоростно-силовые способности и сила мышц спины; ситуационными видами спорта – сила мышц пояса верхних конечностей, сила мышц туловища, координация и гибкость.

Таблица 1

Типичные ошибки при выполнении техники спортивных единоборств

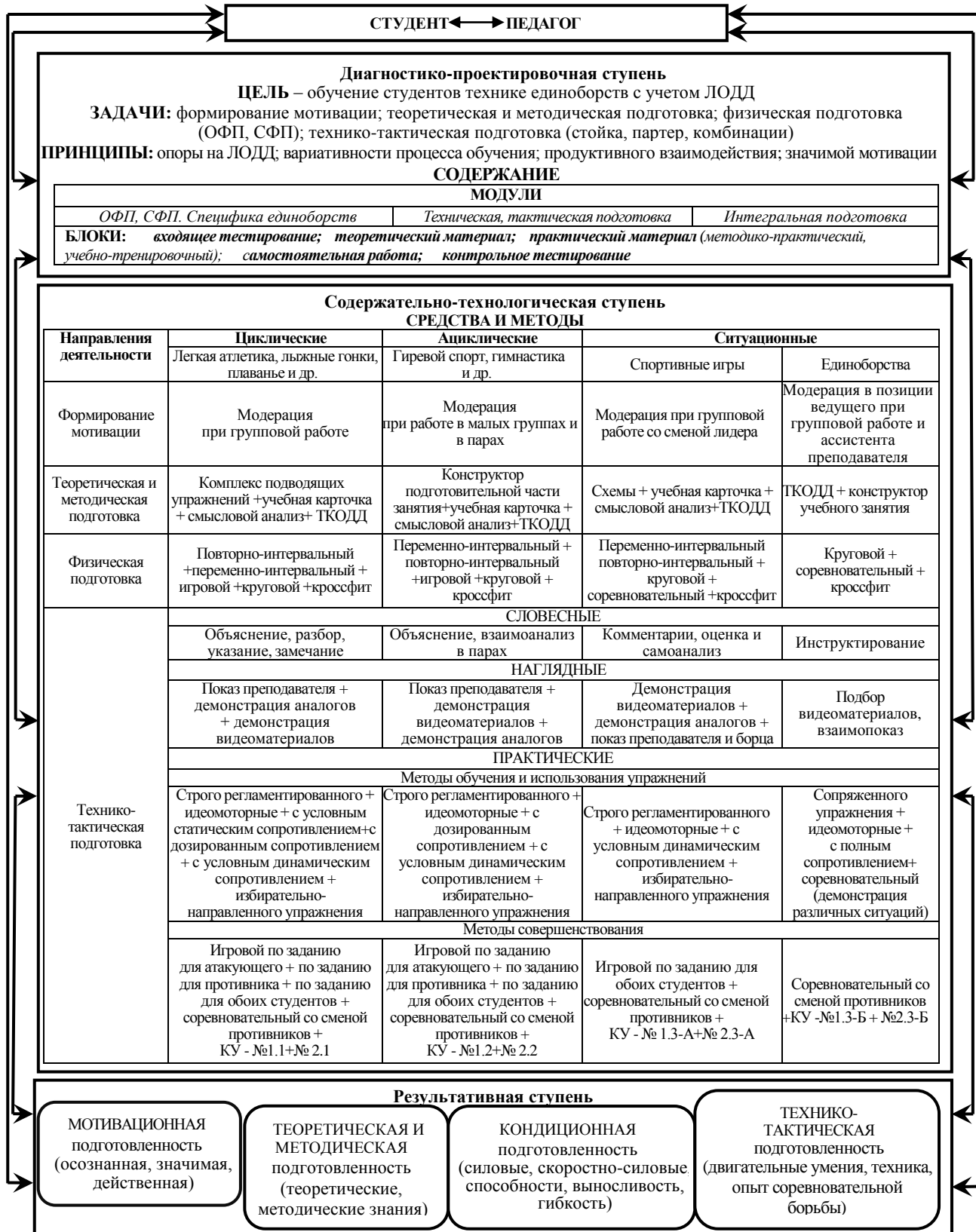
Группы	Типичные ошибки при выполнении техники двигательных действий
Циклические (ГР-1)	рассогласованность движений рук и ног (И=3,8); неумение ситуационно сохранять и изменять положение тела в пространстве (И=3,3); закрепощенность движений туловища и нижних конечностей (И=3,1)
Ациклические (ГР-2)	<u>юноши (атлетизм – гиревой спорт):</u> неумение ситуационно сохранять и изменять положение тела в пространстве (И=3,6); внесение в двигательное действие лишних движений (И=3,4); низкая скорость выполнения движений (И=3,3); закрепощенность движений туловища (И=3,2); несоразмерность мышечных усилий (И=3,2); <u>девушки (гимнастика):</u> рассогласованность направления, темпа и амплитуды движений (И=3,9); неумение ситуационно сохранять и изменять положение тела в пространстве (И=3,7)
Ситуационные (ГР-3-А)	рассогласованность движений рук и ног (И=3,5); закрепощенность движений верхних и нижних конечностей (И=3,5); рассогласованность направления, темпа и амплитуды движений (И=3,0)

С целью коррекции типичных ошибок, возникающих при выполнении техники двигательных действий, были подобраны подводящие упражнения, а для совершенствования специальных физических качеств – разные комплексы, направленные на их развитие. Именно с учетом результатов установочного этапа ОПР нами были определены цель, основные задачи, содержание, средства и способы технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на ЛОДД.

В третьей главе «**Технология дифференциации обучения студентов технике единоборств**» представлены модель и технология дифференцированного обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

Основанием технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на ЛОДД являлись: теория деятельности А.Н.Леонтьева, законы обучения двигательным действиям (ДД) М.М.Богена, формирование двигательных представлений (ДП) в процессе освоения новых упражнений Ю.К. Гавердовского и исследования специалистов в сфере

единоборств (И.В. Свищева, Г.С. Туманяна, Ю.А. Шулики, Ю.А. Шахмурадова и др.). Учитывая данные положения, мы подобрали содержание, средства, методы коррекции типичных ошибок, развития отстающих физических качеств и темп обучения с опорой на спортивные специализации студентов (рис.1).



ТКОДД - технологическая карта обучения двигательным действиям; КУ - комплекс упражнений

Рис.1. Модель дифференцированного обучения студентов технике спортивных единоборств



*На диагностико-проектировочной ступени* было осуществлено модульно-блочное структурирование учебного материала (М.А. Чошанов), разработана рейтинговая оценка учебных достижений, был проведен сбор информации об особенностях ЛОДД студентов, сформированы группы в соответствии с принадлежностью к видам спорта и определены отстающие специальные физические качества и типичные ошибки, возникающие при выполнении техники двигательных действий. Для эффективной организации учебного процесса студентов с целью выявления занимающихся, нуждающихся в большей помощи и внимания со стороны преподавателя, нами были выделены такие индивидуально-личностные особенности, как локус субъективного контроля, доминирующий тип мотивации, профессиональный интерес к педагогической деятельности; изучалось влияние учебных занятий на эмоциональную окраску переживаний студентов.

*Содержательно-технологическая ступень* предполагала работу по технологической карте обучения ДД (ТКОДД), которая детализировала процесс обучения по: этапам, целям, результатам и конкретизировала деятельность преподавателя и студента. Состав упражнений формировался с учетом особенностей видов борьбы, обеспечивая их прочное усвоение, и включал: имитационные, подводящие, комбинированные (сопряженные), идеомоторные упражнения, направленные на коррекцию типичных ошибок в технике ДД и развитие физической подготовленности студентов. Основные различия в обучении сформированных групп заключались в постановке и реализации задач техники обучения студентов (сложность двигательных действий, темп и уровень освоения, количество повторений, режимы работы и отдыха) в связи со специфическими требованиями, которые предъявляются к составу необходимых технических действий в единоборствах.

*На этапе начального разучивания* двигательного действия (ДД) деятельность преподавателя была направлена на постановку цели; обмен смыслами и создание двигательного представления (ООД) через логический, зрительный и кинестезический образы по основным опорным точкам (ООТ); осуществление контроля, взаимоконтроля и формирование самоконтроля студентов за собственной деятельностью. При этом обучение технике в Гр-1, Гр-2, Гр-3-А проводилось преимущественно по частям, а в Гр-3-Б – методом сопряженного упражнения. Развитие отстающих физических качеств осуществлялось в Гр-1 в основном повторно-интервальным методом, в Гр-2 и Гр-3-А – переменным-интервальным, а в Гр-3-Б – круговым.

Освоение студентами ДД осуществлялось через восприятие ДП; проживание образов логического (проговаривание, словесные формулы), зрительного (мысленное представление – визуализация), кинестезического (прочувствование – двигательные ощущения); освоение развернутой ООД по всем ООТ (внутренняя речь – осознание, мышечная память).

*На этапе углубленного разучивания* ДД преподаватель обозначал смысловую связь всех ООТ в ООД; создавал развернутую, детализированную ООД по всем ООТ, осознаваемую через логический, зрительный и кинестезический образы; осуществлял контроль. Обучение технике ДД проводилось с помощью строго регламентированных, идеомоторных и практических упражнений; выполнялись подводящие упражнения в облегченных условиях (от простого к сложному); выделялось время на обдумывание и алгоритм выполнения каждого ДД по всем ООТ с помощью учебных карточек, в разном темпе у разных групп студентов. Последовательность изучения техники у студентов включала комплексно-повторное выполнение алгоритма обучения технике ДД, выполнение комплекса подводящих упражнений №1, подобранного для каждой группы, направленного на исправление ранее ошибочно выполненных элементов техники, воспроизведение ДД без сопротивления и в усложненных условиях. Развитие физических качеств осуществлялось в основном по системе кроссфита с опорой на ЛООД. Деятельность студентов была направлена на понимание смысловых связей, оценку качества выполнения ДД и возможность устранения ошибок. Освоение и выполнение ДД происходило за счет узнавания, представления и воспроизведения ООД в целом; понимания логического (словесно-двигательный образ ООД – проговаривание схемы ООД и осознанный контроль во всех ООТ), зрительного (идеомоторный образ ООД), кинестезического (отождествление, распознавание сходных ДД, воспроизведение) образов изучаемого упражнения; разучивания развернутой ООД по всем ООТ (громкая речь – словесное уточнение действий в каждой ООТ).

*На этапе закрепления и совершенствования* ДД деятельность преподавателя была направлена на обеспечение полного усвоения движения за счет снижения энергозатрат, достижения его свободы, формирования свернутой ООД. Студенты совершенствовали технику единоборств, делая акцент на свертывании ООД (учебные карточки) в целом интервальным методом, включающим комплекс подготовительных упражнений № 2 (для каждой группы), в вариативных усложняющихся условиях; осуществлялась коррекция ошибок, контроль, взаимоконтроль. Деятельность студентов на данном этапе обучения заключалась в самооценке смысловых компонентов ДД при самоконтроле за собственной деятельностью и осуществлении самоприказов, а также в определении отклонений в технике (физические кондиции, типичные ошибки). Осознание и выполнение ДД реализовали через оценку и анализ ООД (внутренняя речь – чувственные образы – внутреннее зрение – мышечные ощущения – отождествление своего движения с дифференцировками); осуществлялось свертывание ООД.

*На результативной ступени* осуществлялся контроль качества усвоения

знаний, методических умений, уровня развития физических кондиций, техники спортивных единоборств, а также мотивации и профессионального интереса к педагогической деятельности. Уровень сформированности компетенций мы определяли с помощью интегративной шкалы по совокупности показателей по сжатому варианту оценки с акцентом на мотивационно-личностный (мотивация занятий), когнитивно-операциональный (физкультурно-спортивная грамотность, уровень развития технической и технико-тактической подготовленности студентов) и рефлексивно-кондиционный (уровень физической подготовленности) компоненты.

В ходе работы нами было выявлено, что студенты, занимающиеся ациклическими видами спорта и спортивными играми, осваивают учебный материал примерно на 2-3 занятия быстрее студентов группы циклических видов спорта (табл. 2).

В четвертой главе **«Экспериментальная проверка эффективности технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств»** представлены результаты преобразующего этапа опытно-поисковой работы.

В ходе опытно-поисковой работы во всех группах нами выявлены положительные изменения в технике бросков в стойке, приемов партере, комбинаций бросков в стойке – прием в партере, однако показатели данных компонентов у студентов ЭГ-3 были выше, чем у студентов ЭГ-1 и ЭГ-2, причем, у студентов, занимающихся единоборствами, техника в основном соответствовала высокому уровню.








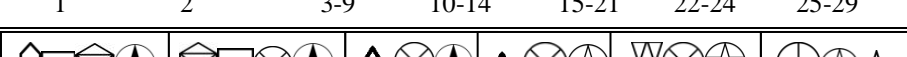
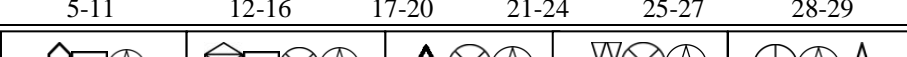

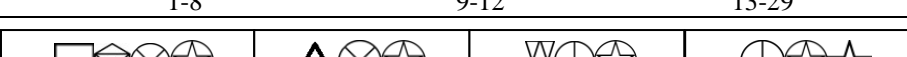
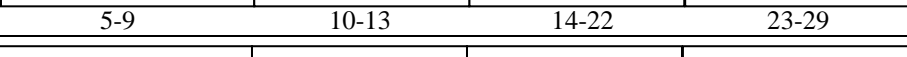
К окончанию обучения у студентов ЭГ-3 наблюдалась положительная динамика в выполнении техники бросков в стойке – стало больше студентов с оценкой «отлично» от 25 до 50 %, в Гр-3-Б у юношей – на 22,2 %, у девушек показатели остались без изменения – 100% оценка «отлично» (рис. 2, 3).

Значительный прирост наблюдался в технике выполнения приемов в партере в ЭГ-3 – стало больше студентов с оценкой «отлично» от 30 до 60 %, а у всех студентов Гр-3-Б показатели остались без изменения – «отлично». В ходе выполнения студентами ЭГ-3 техники комбинаций – от 25 до 53% соответственно, а у юношей Гр-3-Б – на 11,1%, у девушек стабильно – 100% оценка «отлично».

В процессе наблюдения за результатами СФП нами отмечен достоверный ее прирост по всем показателям ( $p < 0,05$ ). Наибольший процентный прирост во всех ЭГ отмечен в упражнениях «10 кувырков вперед» (от 6 до 16%) и «сгибание-разгибание рук в упоре лежа за 20 сек» (от 6 до 15%). Наименьший процентный прирост во всех ЭГ наблюдался в упражнениях «челночный бег 3x10м» (от 4 до 9%) и «забегания на борцовском мосту 5 раз влево, 5 раз вправо» (от 5 до 10%).

Таблица 2

Дифференциация содержания и темпа обучения студентов технике спортивных единоборств с учетом ЛОДД (29 практических занятий – 57 часов)

Виды спорта	Обучение технике	Распределение обучения/ номер занятий
Циклические	Приемов, защит, контрприемов в партере (удержание)	 1      2      3-10      11-18      19-21      22-24      25-29
	Бросков, защит, контрприемов в стойке	 5-12      13-17      18-21      22-24      25-27      28-29
	Комбинаций	 13-18      19-22      23-25      26-27      28-29
Ациклические	Приемов, защит, контрприемов в партере (удержание)	 1      2      3-9      10-16      17-20      21-24      25-29
	Бросков, защит, контрприемов в стойке	 5-11      12-15      16-19      20-23      24-26      27-29
	Комбинаций	 13-18      19-21      23-25      26-27      28-29
Спортивные игры	Приемов, защит, контрприемов в партере (удержание)	 1      2      3-9      10-14      15-21      22-24      25-29
	Бросков, защит, контрприемов в стойке	 5-11      12-16      17-20      21-24      25-27      28-29
	Комбинаций	 13-18      19-22      23-25      26-27      28-29
Единоборства	Приемов, защит, контрприемов в партере (удержание)	 1-8      9-12      13-29
	Бросков, защит, контрприемов в стойке	 5-9      10-13      14-22      23-29
	Комбинаций	 6-11      12-15      16-19      20-29

Примечание  – начальное разучивание;  – разучивание деталей техники;  – разучивание в целом;

 – закрепление;  – совершенствование;  – СФП;  – ОФП;  – СФП (отстающие физические качества);

 – учебно-тренировочная схватка;  – соревновательная схватка

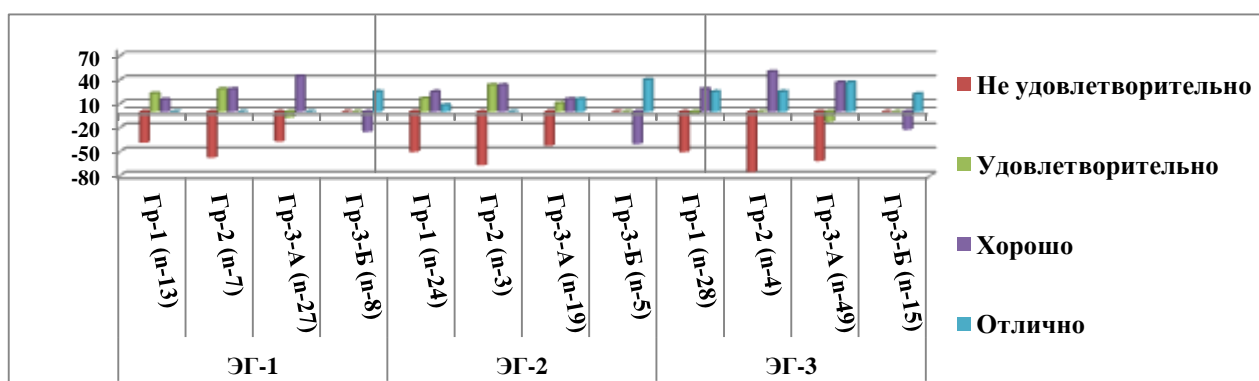


Рис. 2. Динамика показателей техники бросков в стойке у юношей (%)

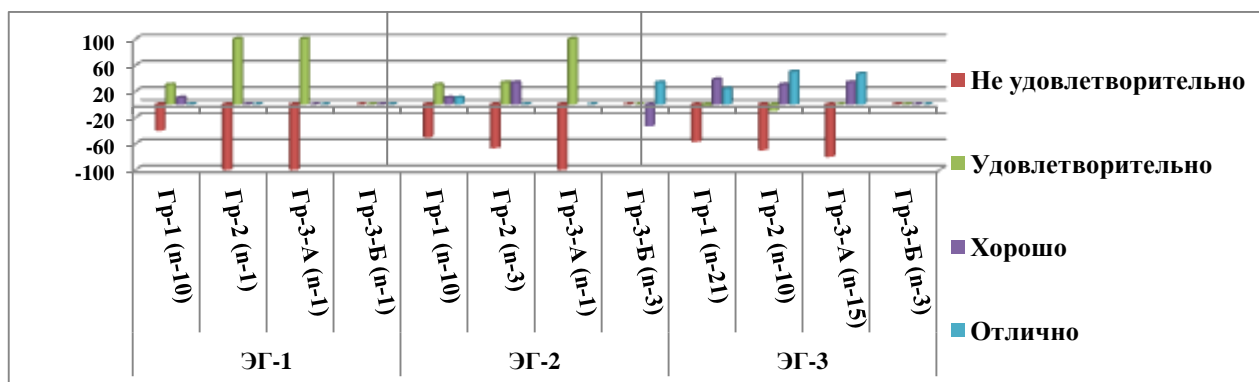


Рис. 3. Динамика показателей техники бросков в стойке у девушек (%)

С целью определения эффективности процесса обучения студентов мы изучили показатели свойств личности и выявили учащихся, чаще всего нуждавшихся в поддержке и помощи преподавателя. К окончанию обучения у студентов ЭГ-2 и ЭГ-3 доминировал мотив «достижение успеха» от 70 до 100%, но на начало обучения у студентов Гр-3-А – 55% (ЭГ-3,) и девушек Гр-1 – 60 % и Гр-3-А – 100% (ЭГ-2) преобладал мотив – «избегание неудачи». В процессе обучения у студентов ЭГ-2 и ЭГ-3 отмечены проявления экстернатальности от 50 до 100%, а в ЭГ-3 у девушек Гр-2 – 50% и Гр-3-А – 40 % преобладала сбалансированность показателей экстернатальности-интернатальности. В целом, в ЭГ-2 и ЭГ-3 отмечено повышение психоэмоционального тонуса; так, у большинства студентов наблюдались средние показатели эмоционального тона и психического тонуса до занятия и их повышение до высокого уровня после занятий (ЭГ – от 13 до 25%; ПТ – от 10 до 27%), что говорит об удовлетворенности занятиями единоборствами. Также мы наблюдали у студентов недостаточно устойчивый профессиональный интерес на начало обучения (от 40 до 67%), но к окончанию интерес к педагогической деятельности повысился на 15-30%. Устойчивый интерес находился в пределах от 20% до 66%; недостаточно устойчивый – от 23% до 54%; неустойчивый – от 10% до 40%.

Таким образом, при обучении технике спортивных единоборств юношам и девушкам, занимающимся циклическими видами спорта, а также юношам

ациклических и ситуационных видов спорта (спортивные игры, единоборства) необходимо в большей степени оказывать помощь, моральную поддержку в ходе учебного процесса, задавать самостоятельную работу, направленную на повышение степени активности и ответственности, а девушек, занимающихся ациклическими видами спорта, спортивными играми и единоборствами, – привлекать к оказанию помощи товарищам, а также ассистированию преподавателю в ходе обучения.

Кроме того, мы определяли уровень сформированности компетенций в соответствии с предложенной интегративной шкалой по совокупности показателей по сжатому варианту оценки с акцентом на мотивационно-личностный (мотивация занятий), когнитивно-операционный (физкультурно-спортивная грамотность, уровень развития технической и технико-тактической подготовленности студентов) и рефлексивно-кондиционный (уровень физической подготовленности) компоненты.

После проведения ОПР в ЭГ-2 число студентов с минимальным уровнем сформированности компетенций уменьшилось в Гр-1 у юношей на 18,3 % у девушек на 10%, в Гр-2 у юношей и девушек на 13,3 %, в Гр-3-А у юношей на 16,8% у девушек на 40%, а в Гр-3-Б минимальный уровень не наблюдался. Кроме того, студенты достигли повышенного уровня сформированности компетенций в Гр-1 у юношей 28,3% у девушек 20%, в Гр-2 у юношей 53,3 % у девушек 26,6%, в Гр-3-А у юношей 15,8 %, у девушек 40%, в Гр-3-Б у юношей 16 % у девушек 26,7%.

В ЭГ-3 число студентов с минимальным уровнем сформированности компетенций уменьшилось в Гр-1 у юношей на 18,6 %, у девушек на 12,4%, в Гр-2 у юношей 25% и девушек на 12%; в Гр-3-А у юношей на 20% у девушек на 22,6%, а в Гр-3-Б у юношей на 2,7%. В процессе обучения студенты достигли повышенного уровня сформированности компетенций в Гр-1 у юношей 47,9%, девушек 26,7%, в Гр-2 у юношей 65% у девушек на 50%, в Гр-3-А у юношей 29% у девушек на 50,6%, в Гр-3-Б у юношей 12,1% у девушек 12,3%.

Таким образом, результаты проведенного исследования подтвердили положения выдвинутой гипотезы и позволили сделать следующие **выводы**.

1. Обучение будущих спортивных педагогов по дисциплинам практической направленности, в том числе «Единоборствам», осуществляется в основном без учета биомеханического потенциала и физических кондиций студентов, что актуализирует проблему опоры на личностный опыт двигательной деятельности и разработку педагогического инструментария, направленного на повышение эффективности формирования профессиональных компетенций.

2. В результате исследования выделены универсальные двигательные действия, необходимые для обучения технике спортивных единоборств (самбо,

дзюдо, греко-римской и вольной борьбы), а именно: броски в стойке (через бедро; спину (плечо) с колена (колен) захватом руки на плечо; спину с захватом руки на плечо; плечи с колен «мельница»), приемы в партере (удержание (туше) сбоку, поперек, со стороны головы; перевороты: забеганием захватом руки на ключ и предплечьем на шее, скручиванием захватом рук сбоку, накатом захватом шеи из-под плеча и туловища сверху, скручиванием захватом предплечья изнутри) и комбинации (бросок через бедро – удержание поперек; через спину (плечо) с колена – сбоку; через спину с захватом руки на плечо – со стороны головы; через плечи с колен «мельница» – со стороны головы).

3. Методологическими основаниями дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с учетом личностного опыта двигательной деятельности являются положение А.Н. Леонтьева о единстве сознания и деятельности; теория поэтапного обучения двигательным действиям и законы формирования двигательного навыка (М.М. Боген); идея о специфичности техники двигательных действий и физических кондиций спортсменов с учетом требований, предъявляемых видом спорта (В.С. Фарфель), и положения о влиянии на формирование личности специфики спортивного взаимодействия (Т.Т. Джамгаров).

4. Выявлены и систематизированы внешние и внутренние факторы, влияющие на качество выполнения техники спортивных единоборств. *Внешние – статусно-символические* (ранг соревнований, квалификация соперников и др.), *коммуникативные* (поведение тренера, болельщиков и др.), *эко-предметные* (климатические условия в спортивном зале, спортивная форма). *Внутренние – физические кондиции* (координационные и скоростно-силовые способности, выносливость, гибкость); *типичные ошибки в технике* (кинематические и динамические характеристики выполняемых ДД); *психологические* (локус контроля, доминирующий мотив, интерес к педагогической деятельности, уровень психоэмоционального состояния).

5. Разработанная технологическая карта обучения двигательным действиям, отличительной особенностью которой является описание содержания деятельности преподавателя (учебные шаги: постановка цели; обозначение смысловой связи; направленность на усвоение двигательных действий) и деятельности студента (отношение; знание, понимание; двигательный опыт), результатов обучения (ознакомление с движением; двигательное умение; двигательный динамический стереотип), способствует повышению качества выполнения техники двигательных действий.

6. Разработана и внедрена в учебный процесс технология дифференциации обучения студентов с опорой на личностный опыт двигательной

деятельности, характеристиками которой являются: *диагностичность* целей, задач и критерий достижения результатов для сформированных групп в соответствии с принадлежностью к видам спорта (циклические, ациклические, ситуационные); *алгоритмичная* последовательность усвоения знаний, умений, двигательного опыта через прохождение трех ступеней: диагностико-проектировочной, содержательно-технологической и результативной; *эффективность* через варьирование темпом и уровнем усвоения учебного материала, достаточное ресурсное обеспечение процесса обучения; *воспроизводимость* через возможность применения в условиях основной и профессиональной школы с учетом особенностей контингента обучаемых.

7. Применение авторской технологии обучения студентов технике спортивных единоборств позволило повысить их уровень физической подготовленности (ОФП, СФП) ( $p < 0,05$ ) и значительно улучшить технику спортивных единоборств (броски в стойке, приемы в партере, комбинации) (от 25 до 60%).

8. Дифференциация обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности способствует повышению уровня сформированности общекультурных и профессиональных компетенций (прирост от 12 до 50%), а также уровня интереса к педагогической деятельности (на 15-30%).

9. В ходе работы нами было выявлено, что студенты групп ациклических (гимнастика, гиревой спорт) и ситуационных (спортивные игры) видов спорта осваивают учебный материал примерно на 2-3 занятия быстрее (8-10%), чем студенты группы циклических видов спорта за счет детализации и дифференциации процесса обучения по этапам, целям, деятельности преподавателя и студента, результатам обучения с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

**Основное содержание и результаты исследования отражены в следующих публикациях:**

*Статьи в рецензируемых научных журналах и изданиях*

1. Котова, Т.Г. Обучение студентов технике единоборств на основе учета опыта двигательной деятельности [Текст] /Т.Г. Котова // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №9. – С. 73.
2. Котова, Т.Г. Дифференциация обучения студентов в рамках дисциплины «Единоборства» [Текст] /Т.Г.Котова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – №7 (113). – С.100-104.
3. Котова, Т.Г. Дифференциация обучения студентов технике единоборств [Текст] / Т.Г.Котова //Теория и практика физической культуры. – 2014. – №12. – С. 12-14.

*Статьи и тезисы в сборниках научных трудов*

4. Котова, Т.Г. Обучение студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств [Текст] / Т.Г. Котова // Здоровье нации – наша забота: сборник мат-ов 9-ой региональной науч.-практ.конф. студентов, магистрантов и аспирантов. – Тюмень, 2015. – С.84-88.
5. Котова, Т.Г. Обучение технике единоборств с учетом психического состояния студентов [Текст] /Т.Г.Котова // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сборник мат-ов ХLI междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск, 2014. – №6 (41). – С.70-74.



6. Котова, Т.Г. Обучение технике единоборств на основе учета индивидуально-личностных особенностей студентов [Текст] / Т.Г.Котова // сборник мат-ов IX международной науч.-технич. конф. «Динамика систем, механизмов и машин». – Омск, 2014. – С. 135-137.
7. Котова, Т.Г. Технология дифференциации обучения студентов по дисциплине «Единоборства» [Текст] / И.В. Манжелей, Т.Г. Котова // Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики: сборник мат-ов XI междунар. науч.-практ. конф. – Ставрополь, 2014. – С. 113-119 (авторских 3 с.).
8. Котова, Т.Г. Изучение индивидуально-личностных особенностей студентов, специализирующихся в различных видах спорта [Текст] / Т.Г. Котова // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. Вып. 1. – Тула, 2014. – С.150-153.
9. Котова, Т.Г. Блочно-модульная технология обучения студентов технике единоборств [Текст] /Т.Г.Котова // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов XII всеросс. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2014. – С. 247-253.
10. Котова, Т.Г. Дифференциация обучения студентов технике единоборств на основе учета личностного опыта двигательной деятельности [Текст] / Т.Г.Котова // Перспективные исследования в физической культуре, спорте и туризме: сборник мат-ов междунар. науч.-практ. конф. – Челябинск, 2014. – С. 57-61.
11. Котова, Т.Г. Изучение мотивации студентов на дисциплине «Единоборства» / Т.Г. Котова // Воспитательная физкультурно-спортивная деятельность в вузах: новые подходы к решению актуальных проблем: сборник мат-ов. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2013. – С. 132-135.
12. Котова, Т.Г. Изучение локус-контроля в ходе обучения технике двигательных действий у студентов по дисциплине «Единоборства» [Текст] / Т.Г. Котова // Здоровье нации – наша забота: сборник мат-ов 7-ой региональной науч.-практ. конф. студентов, магистрантов и аспирантов. – Тюмень, 2013. – С. 64-66.
13. Котова, Т.Г. Изучение уровня сформированности физкультурно-спортивных потребностей, мотивов и добровольной активности студентов на дисциплине «Единоборства» [Текст] / Т.Г. Котова // Здоровье нации – наша забота: сборник мат-ов 6-ой региональной науч.-практ. конф. студентов, магистрантов и аспирантов. – Тюмень, 2012. – С. 86-90.
14. Kotova, T.G. Differentiation of students' education in institutes of physical culture by discipline "single combat" [Text] / T.G. Kotova // European Science and Technology [Text]: materials of the international research and practice conference, Wiesbaden, January 31st, 2012./publishing office «BildungszentrumRodnik e. V.» – с. Wiesbaden, Germany, 2012. – С. 385-387.
15. Котова, Т.Г. Компетентностный подход в процессе обучения технике двигательных действий по дисциплине «Единоборства» [Текст] / Т.Г. Котова // Актуальные проблемы и перспективы развития студенческого спорта в Российской Федерации: сборник мат-ов всеросс. науч.-практ. конф. – Челябинск, 2011. – С. 324-327.
16. Котова, Т.Г. Изучение технико-тактических действий в рамках дифференцированного подхода по дисциплине «Единоборства» [Текст] / Т.Г. Котова // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов всеросс. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2011. – 121-124.
17. Котова, Т.Г. Формирование техники бросков в стойке в левую сторону у дзюдоистов 11-13 лет [Текст] / Т.Г. Котова, Е.С. Викулов // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов всеросс. науч.-практич. конф. – Тюмень, 2011. – С. 135-137.
18. Котова, Т.Г. Анализ доминирующих мотивов футболистов и дзюдоистов 12-14 лет [Текст] / Т.Г.Котова, Н.В. Биткина // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов всеросс. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2010. – С. 227-229.
19. Котова, Т.Г. Развитие координационных способностей у дзюдоистов 11-13 лет [Текст] / Т. Г. Котова, Т.В. Левкина // Здоровье нации – наша забота: сборник мат-ов 6-ой региональной науч.-практ. конф. студентов, магистрантов и аспирантов. – Тюмень, 2010. – С. 69-72.
20. Котова, Т.Г. Восстановление работоспособности после физических нагрузок у сборной команды ТюмГУ по дзюдо [Текст] / Т. Г. Котова, Е.М. Лысенко-Гусарова // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов всеросс. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2009. – С. 131-133.
21. Котова, Т.Г. Единоборства. Учебно-методический комплекс для студентов института физической культуры направление «Физическая культура». – Тюмень, 2008. – 69 с.
22. Котова, Т.Г. Технология спортивной подготовки: единоборства. Учебно-методическое пособие для студентов института физической культуры направление «Физическая культура» / Т.Г.Котова, И.В. Манжелей. – Тюмень, 2009. – 162 с. (авторских 129с.).