

4. Контроль за организацией и ходом самостоятельной работы и мер, поощряющих студента за ее качественное выполнение.

Список литературы:

1. Андреев Г.Л. Обучение и воспитание в вузах неразделимы // Высшее образование в России. — 1996. — № 3. — С. 72—80.
2. Гончарова Ю.А. Организация самостоятельной работы студентов// Методические рекомендации для преподавателей. Воронеж 2007. — С. 22.
3. Кагарманова А.И. Самостоятельная работа студента: программа спецкурса и методические рекомендации. Уфа: Изд-во БГПУ, 2003. — 36 с.
4. Педагогика и психология высшей школы: учеб. Пособие. Ростов н/Д.: Феникс, 2002 — 117 с.
5. Плотникова И.Е. Проблемы и перспективы профессиональной подготовки врачей в условиях перехода на образовательные стандарты третьего поколения / И.Е. Плотникова // Культура физическая и здоровье. — 2013. — № 4 (46). — С. 99—101.
6. Уманский Л.И. Личность, организаторская деятельность, коллектив: избранные труды. Кострома: Костромской государственный университет, 2001. — 208 с.

ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ЕДИНОБОРСТВ С УЧЕТОМ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ

Котова Татьяна Германовна

*старший преподаватель,
Тюменский государственный университет,*

РФ, г. Тюмень

E-mail: tatyna2205@mail.ru

TEACHING TECHNIQUE OF MARTIAL ARTS IN VIEW OF MENTAL STATE STUDENTS

Tatyana Kotova

*senior teacher, Tyumen State University,
Russia, Tyumen*

АННОТАЦИЯ

Статья посвящена актуальной проблеме повышения качества высшего физкультурного образования. Рассмотрены психические состояния студентов, специализирующихся в различных видах спорта в процессе обучения технике единоборств.

ABSTRACT

Article is devoted to the problem of improving the quality of higher education sports. Considered mental states students specializing in various of sports in learning technique of martial arts.

Ключевые слова: высшее физкультурное образование; эмоциональный тон; психический тонус; техника единоборств.

Keywords: higher education sports; emotional tone; mental tone; martial arts technique.

Современное общество предъявляет высокие требования к качеству профессионального образования, ориентированного на подготовку социально и профессионально компетентного специалиста, обладающего способностью к самообразованию, самосовершенствованию и сотрудничеству, что отражено в стандартах третьего поколения, разработанных на основе компетентностного подхода. В рамках реализации новой стратегии образования имеется ряд нерешенных вопросов, относящихся к содержанию образовательного процесса с учетом дифференциации и индивидуализации подготовки спортивных педагогов по дисциплинам практической направленности, к которым относится дисциплина «Единоборства».

Качество обучения технике единоборств зависит от рабочего состояния студентов, которое, зависит от уровня включенности в учебную деятельность, его психических процессов и состояний. Сформированность психических состояний студентов одно из важных условий высокой результативности процесса обучения технике единоборств.

Целью данного исследования стало определение и коррекция психического состояния студентов, специализирующихся в различных видах спорта, обучающихся на дисциплине «Единоборства».

В 2009—2014 годах нами было проведено линейное опытно-экспериментальное исследование [1] с привлечением 295 студентов дневного обучения Института физической культуры, из них 215 юношей и 80 девушек обучающихся по дисциплине «Единоборства». Исследование проводилось в несколько этапов, на первом этапе, обучая студентов технике единоборств, мы

структурировали учебный материал на основе модульно-блочной системы и выделили ключевые дидактические единицы, на втором этапе дополнительно применили рейтинговую систему оценки достижений студентов, выделили типичные ошибки в технике единоборств и подобрали подводящие комплексы упражнений, компенсирующие их исправление и физические качества, третий этап включал обучение студентов на основе модульно-блочного структурирования учебного материала, рейтинговой оценки успеваемости студентов, комплекса средств и методов направленных на исправление типичных ошибок с учетом психических состояний и свойств темперамента. В статье мы приводим результаты третьего этапа работы со студентами третьей экспериментальной группы (ЭГ-3) — 78 человек из них 52 юношей и 26 девушек. В ходе работы со студентами ЭГ-3 мы выделили три подгруппы соответственно с принадлежностью к виду спорта по классификации движений в спорте В.С. Фарфеля [3]. В первую подгруппу (Гр-1) вошли студенты занимающиеся, циклическими видами спорта, во вторую (Гр-2) — ациклическими, в третью (Гр-3) — вошли студенты, занимающиеся сложно-координационными видами спорта. Причем Гр-3 мы раздели на две подгруппы в первую (Гр-3-А) вошли студенты, занимающиеся спортивными играми, во вторую (Гр-3-Б) — единоборствами.

В качестве параметров психических состояний студентов мы использовали эмоциональный тон (общая эмоциональная окраска переживаний занимающегося), психический тонус (степень активности отношения деятельности, стеничность состояний) (О.Н. Мазуров, А.С. Корнеев).

На начало третьего этапа исследования, анализируя результаты влияния занятий единоборствами на психическое состояние студентов, мы наблюдаем, что у большинства юношей и девушек Гр-2, Гр-3-А и юношей Гр-3-Б эмоциональный тон (ЭТ) и психический тонус (ПТ) до и после занятия находится на среднем уровне, лишь у юношей Гр-3-Б после занятия ПТ изменился на высокий уровень, а у юношей и девушек Гр-1 ЭТ и ПТ до и после занятия на высоком уровне. Для успешного осуществления обучения технике единоборств необходимо поддержание высокого психического тонуса, т. е. стеничного рабочего состояния [2]. В процессе обучения студентов ЭГ-3 технике единоборств мы учитывали их психическое состояние и оказывали помощь в каждой группе в процессе работы в парах и индивидуально, в ходе самостоятельной работы, контроле и взаимоконтроле, формировали позитивный настрой на учебную деятельность, в процессе обучения технике применяли идеомоторные упражнения, разные

комплексы подводящих упражнений по предупреждению и коррекции типичных ошибок за счет четкой постановки цели на выполнение технических действий, актуализируя внимание на четкое выполнение каждого двигательного действия и подводящих упражнений, направленных на компенсацию отстающих специальных физических качеств. Последовательность выполнения подводящих упражнений в стойке и партере: идеомоторное упражнение, имитационные упражнения без отягощения, имитационные упражнения с резиновым жгутом, выполнение ТДД с партнером по заданию, выполнение ТДД в полной координации; выполнение упражнений для развития отстающих физических качеств. Для всех студентов Гр-2, Гр-3-А и юношей Гр-3-Б рекомендовались упражнения в парах направленные на непосредственное противоборство. В качестве самостоятельной работы студентами ЭГ-2 составлялись индивидуальные планы обучения технике единоборств, а юноши и девушки Гр-1 дополнительно привлекались к оказанию помощи студентам; осуществлялась гибкая оценка техники единоборств.

В результате педагогического эксперимента в целом мы наблюдали прирост психического состояния студентов по всем показателям, что говорит о безусловной удовлетворенности к занятиям единоборствами у студентов. Так у юношей и девушек Гр-1 показатели ЭТ до и после занятия не изменились — на высоком уровне. У юношей и девушек Гр-2, Гр-3-А эмоциональный тон до и после занятия находится на среднем уровне, но после занятия показатели юношей Гр-2 выросли на 16 %, а девушек на 12 %, у юношей Гр-3-А выросли на 3 %, у девушек на 12 %. В Гр-3-Б эмоциональный тон после занятия изменился на высокий уровень. Психический тонус в Гр-1 у юношей и девушек до и после занятия остался на высоком уровне. У юношей Гр-2 ПТ изменился с среднего до занятия на высокий уровень после занятия, а у девушек остался на среднем уровне, но произошел прирост показателей на 2 %. В Гр-3-А у юношей и девушек ПТ изменился с среднего уровня до занятия на высокий уровень после занятия. В Гр-3-Б уровень ПТ соответствует высокому до и после занятия.

Таким образом, результаты педагогического эксперимента свидетельствуют о том, что в процессе обучения на дисциплине «Единоборства» у студентов происходит снижение психического напряжения, за счет уверенности в своих силах, положительного настроя на занятие, автоматизации двигательных действий единоборств, что отражается на эффективности учебного процесса в целом.

Список литературы:

1. Магистерская диссертация как научно-педагогическое исследование. Учебное пособие. Тюмень, 2014. — С. 105—106.
2. Стамбулова Н.Б. О формировании спортивно важных психических свойств спортсменов // Психологическое обеспечение спортивной деятельности: Межвузовский сборник научных трудов Л.: Изд-во ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1988. — С. 20—29.
3. Фарфель В.С. Управление движениями в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1975. — С. 173—196.

АНТРОПОЛОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРЕНАТАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ У СТУДЕНТОВ ВУЗА

Суви́рова Анастасия Ю́рьевна

*канд. пед. наук, старший преподаватель
Института делового администрирования*

*Московского государственного педагогического университета,
РФ, г. Зеленоград*

E-mail: zmeika1985@mail.ru

ANTHROPOLOGICAL TECHNOLOGY OF PRENATAL COMPETENCE FORMATION FOR UNIVERSITY STUDENTS

Suvirova Anastasia

*candidate of pedagogic sciences,
senior teacher of Institute of Business Administration
Moscow City Teacher Training University,
Russia, Zelenograd*

АННОТАЦИЯ

Проблема формирования ответственного родительства актуализирует знания о внутриутробном развитии плода и педагогических способах воздействия на него, обосновывая приоритетность их развития у студентов вуза. Проектирование этого процесса включает разработку антропологической технологии,