

Исследование динамики оперативной памяти на абстрактные образы при различных частотах, амплитудах, аппликационно-векторных параметрах вибростимулирования обеспечивает формирование травмоисключающих персонифицированных методик реабилитационного и развивающего вибростимулирования.

Разработан количественный метод оперативного и пролонгированного контроля состояния умственной работоспособности пациента в процессе прохождения курса реабилитационной вибротерапии или развивающих тренингов. Мониторинг оперативной зрительной памяти при индивидуально изменяемых частотных, амплитудных, векторно-аппликационных и временных характеристиках вибростимулирования выявляет и формирует оптимальные для каждого пациента механические и физиологические условия медико-реабилитационного и спортивно-развивающего вибростимулирования.

1. Мумин, А. Н. Вибротерапия: учеб.-метод. пособие / А. Н. Мумин, А. В. Волотовская. – Минск: БелМАПО, 2007. – 27 с.

2. Сагайдак, Д. И. Тренировка параметров периферического зрения многоп лунжерным вибромеханическим стимулирование физиологически активных зон / Д. И. Сагайдак, Т. Д. Полякова, С. В. Шилько. Международная научно-практическая конференция по проблемам физической культуры и спорта государств – участников Содружества независимых государств: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, БГУФК, 23–24 мая 2012 г. – Минск: БГУФК, 2012. – С. 369–373.

3. Сагайдак, Д. И. Метод и средства вибромеханической стимуляции памяти в условиях экстремальных психоневрологических нагрузок / Д. И. Сагайдак, С. В. Шилько // Проблемы здоровья и экологии. – 2011. – № 1. – С. 59–63.

ОБУЧЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ В ДОПОЛНИТЕЛЬНОМ ФИЗКУЛЬТУРНОМ ОБРАЗОВАНИИ

Садовникова В.В., канд. пед. наук, доцент,

Институт повышения квалификации и переподготовки кадров

Белорусского государственного университета физической культуры,

Республика Беларусь

В контексте государственных образовательных стандартов нового поколения, высоких требований государства к повышению качества дополнительного физкультурного образования взрослые руководители и исполнители в процессе оздоровления населения понимаются как специалисты, формирующие умения у населения управлять собственным процессом оздоровления. Однако осуществление этого возможно только при сформированной субъектно-деятельностной позиции самого специалиста, которая развивается в процессе обучения в системе дополнительного физкультурного образования взрослых. Формировать субъектную позицию специалистов, выстраивать процесс оздоровления населения в профессиональной деятельности на основе системно-деятельностного подхода может только тот субъект, который сам способен к саморазвитию и продуктивной самореализации в профессии.

На сегодняшний день степень разработанности рассматриваемой проблемы в общей и профессиональной педагогике достаточная. Проблемы субъекта и субъектности раскрываются философами, педагогами, психологами, социологами. Проблема человека как субъекта имеет в науке богатую традицию: философско-психологическая концепция человека С.Л. Рубинштейна, конкретизированная в работах К.А. Абульхановой-Славской, А.В. Брушлинского и др. [1; 2; 3]; исследования человека как системы индивидуальных, личностных, субъектных свойств и индивидуальности, выполненные в школе Б.Г. Ананьева, составляют методологическую основу изучения субъектного начала человека [4]. С другой стороны, известны мнения А.А. Деркача, Е.И. Степановой, Е.Ф. Рыбалко, Н.В. Кузьминой о том, что профессиональная деятельность и развитие для взрослого человека составляет важнейшую часть, системный стержень всей жизни. Это особенно отчетливо проявляется в педагогических профессиях и профессиях системы «человек–человек». В исследованиях по проблемам психологии педагогов (Н.А. Аминов, Ф.Н. Гоноволин, С.В. Кондратьева, Н.В. Кузьмина, Ю.Н. Кулюткин, А.К. Маркова, Л.М. Митина, А.Б. Орлов, А.А. Реан и др.) анализируются многие профессионально важные свойства личности учителя и педагогические способности. Но особенности личности специалистов по физической культуре, связанные с их отношением к себе как к субъекту дополнительного физкультурного образования взрослых, не изучены.

Начиная с 1987 г. по сегодняшний день публикуются работы, посвященные проблемам обучения взрослых в России – Б.Г. Ананьев, С.Г. Вершловский, С.И. Змеёв, Т.Г. Браже, Ю.Н. Кулюткин, М.Т. Громкова, Г.С. Сухобская, С.А. Пилюгина, в Беларуси – Н.И. Мицкевич, В.А. Янчук, И.И. Циркун и др., среди которых крайне мало работ по образованию взрослых в физкультурном образовании. Исследование Б.Е. Лосина посвящено педагогической эффективности повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту, в котором специалист рассматривается как объект учебной деятельности [5]. Говоря о специалисте как о субъекте дополнительного физкультурного образования взрослых стоит отметить, что субъектный подход к организации дополнительного образования пока не является ведущим. Однако его необходимость становится очевидной: разработка целостной концепции субъектности в физкультурном образовании взрослых может явиться основой оздоровления населения. За 2016–2017 годы нами были проанализированы и представлены в обобщенном виде научные, правовые и методические аспекты по теме дополнительного физкультурного образования. Внесены предложения по дополнению в новую редакцию «Кодекса об образовании», в 5-ю главу – «Образование взрослых».

В ходе исследования мы выявили, что специалист, обучающийся в системе дополнительного физкультурного образования взрослых является субъектом образовательной деятельности, но содержанием его обучения служит профессиональная деятельность, и от того, насколько он сможет проявить свою субъектную позицию при обучении, будет зависеть насколько он сможет проявить себя как субъект профессиональной деятельности и непрерывного образования. Для проявления выше-названной позиции в условиях образовательного процесса крайне важны принципы его организации.

На основании анализа научных источников [1; 3; 4; 6], педагогического наблюдения, анкетирования нами выявлены и подтверждены одиннадцать принципов обра-

зования взрослых применительно к отрасли «Физическая культура, спорт и туризм», на примере работы ИППК БГУФК:

1. Принцип приоритетности самостоятельного обучения.
2. Принцип совместной деятельности обучающегося с одноклассниками и преподавателем при подготовке и в процессе обучения.
3. Принцип использования имеющегося положительного жизненного опыта (прежде всего, социального и профессионального), практических знаний, умений, навыков обучающегося в качестве базы обучения и источника формализации новых знаний.
4. Принцип корректировки устаревшего опыта и личностных установок, препятствующих освоению новых знаний.
5. Принцип индивидуального подхода к обучению на основе личностных потребностей, с учетом социально-психологических характеристик личности и тех ограничений, которые налагаются его деятельностью, наличием свободного времени, финансовых ресурсов и т. д.
6. Принцип элективности обучения. Он означает предоставление обучающемуся свободы выбора целей, содержания, форм, методов, источников, средств, сроков, времени, места обучения, оценивания результатов обучения.
7. Принцип рефлексивности. Этот принцип основан на сознательном отношении обучающегося к обучению, что, в свою очередь, является главной частью самомотивации обучающегося.
8. Принцип востребованности результатов обучения практической деятельностью обучающегося.
9. Принцип системности обучения. Он заключается в соответствии целей и содержания обучения его формам, методам, средствам обучения и оценке результатов.
10. Принцип актуализации результатов обучения (их скорейшее использование на практике). Исполнение этого принципа обеспечивается предыдущими принципами – системности, практической востребованности результатов обучения, индивидуального подхода, использования наработанного опыта.
11. Принцип развития обучающегося. Обучение должно быть направлено на совершенствование личности, создание способностей к самообучению, постижению нового в процессе практической деятельности человека.

С октября 2016 года продолжается проверка гипотетического содержания концепции системы оздоровления, субъектной модели директоров и инструкторов-методистов в физкультурном образовании, апробация технологии формирования субъектности в обучении взрослых через внедренную программу образовательных курсов «Менеджмент в спорте», «Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа» с помощью электронных средств обучения.

Анкетирование целевых групп эксперимента – зарубежные коллеги, специалисты по оздоровлению (n=27), директора физкультурно-спортивных организаций (n=100), инструкторы-методисты физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы (n=100), потребители физкультурно-оздоровительных услуг (n=240), итого n=465, позволило получить социологические и статистические данные, которые в обобщенном виде легли в основу разработки и внедрения обновленных стандартов, типовых и учебных программ повышения квалификации и переподготовки на 2017 год.

На базе МУНИЛ УО «БГУФК» нами было осуществлено исследование, которое являлось частью запланированного констатирующего эксперимента. В лабораторных условиях были сняты у групп слушателей переподготовки ИППК БГУФК специальностей «Менеджмент в спорте» (n=23), «Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа» (n=29) следующие психофизиологические показатели:

- простая зрительно-моторная реакция – скорость сенсомоторных реакций, общее число ошибок, устойчивость внимания и оперативная память;
- теппинг-тест;
- реакция на движущийся объект;
- таблицы Шульце (внимание);
- функциональный уровень системы (УФС);
- уровень функциональных возможностей (УФВ);
- восьмицветовой тест Люшера;
- оценка состава тела (биоимпедансный анализ);
- вариабельность сердечного ритма (BPC);
- функция внешнего дыхания (ФВД);
- исследование центральной гемодинамики (ЦГД).

В качестве освоения методик обучения взрослых, с учетом принципов обучения взрослых нами в образовательный процесс факультета переподготовки кадров ИППК БГУФК, г. Минск, в третьем квартале 2016 года внедрено электронное средство обучения, разработанное на основе программы «Moodle», версия 3,5. Это комплекс учебно-методических материалов по дисциплине «Менеджмент в спорте», разработанный для специальности переподготовки

1-88 02 72 «Менеджмент спортивной организации», в целях использования информационно-коммуникативных технологий в системе дополнительного физического образования взрослых.

Комплекс содержит: 43 раздела, состоящих из мини-лекций в виде текста, таблиц, рисунков; видео по темам, тесты-тренажеры, практические задания, опросы, дополнительные материалы; входящий и исходящий тесты по семестрам, полученные нами при выполнении темы НИР 1.2.4. «Разработка системы диагностики уровня профессиональной подготовленности кадров в области физической культуры и спорта» (этап 1. «Теоретическое обоснование и практическая апробация системы диагностики уровня профессиональной подготовленности кадров в области физической культуры и спорта» плана научно-исследовательской работы учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» на 2016–2020 годы).

Средством оценки эффективности организованного нами формирующего эксперимента является тестирование, разработанное специально для содержания переподготовки слушателей. Это позволяет обеспечить эффективный контроль результатов образовательной деятельности слушателей, отслеживать динамику их изменений, поддерживать мотивацию к обучению, повышать ответственность и организовывать контролируруемую самостоятельную работу слушателей. Электронное средство обучения, разработанное на основе программы «Moodle» позволяет сохранять и статистически обрабатывать полученные в ходе эксперимента данные.

В 2016/2017 гг. нами был разработан и апробирован модуль «Методы, коммуникация и групповая динамика в неформальном образовании (дополнительном)» в цикле для тренеров «Школа адукаторов» (2 пятидневных семинара) в проекте “Learn to Act” / «Учиться, чтобы действовать», разработанном в рамках тематической программы Европейского союза «Европейский инструмент соседства».

На основании чего участники, прошедшие обучение по программе модуля, приобрели знания по использованию теоретических принципов, методов неформального (дополнительного) образования, в условиях достижения оптимальных результатов обучения при работе с соответствующей целевой группой; а также базового набора методов обучения; овладели основами эффективной коммуникации, теориями групповой динамики и приобрели способности применять их в образовательной деятельности для управления процессами общения в учебной группе.

1. Рубинштейн, С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2012. – 224 с.
2. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 230 с.
3. Брушлинский, А. В. Деятельность субъекта и психическая деятельность / А. В. Брушлинский // Деятельность: теория, методология, проблемы. – М.: Политиздат, 1990. – 365 с.
4. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
5. Лосин, Б. Е. Педагогическая эффективность повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту: автореф. ... д-ра. пед. наук / Б. Е. Лосин: Санкт-Петерб. гос. академ. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – СПб, 2001. – 42 с.
6. Пилюгина, С. А. Формирование андрагогической субъектности учителя в системе постдипломного педагогического образования: автореф. ... д-ра. пед. наук / С. А. Пилюгина: ФГБОУ ВПО «Тольяттинский гос. ун-т». – Тольятти, 2015. – 46 с.

ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ ПИЛАТЕСА ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗЕ ПОЯСНИЧНО-КРЕСТЦОВОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА

Самошкина А.В., канд. наук по физ. воспитанию и спорту,
Приднепровская государственная академия физической культуры и спорта,
Украина

Остеохондроз позвоночника занимает ведущее место в структуре заболеваний опорно-двигательного аппарата и является мультифакторным заболеванием, характеризуется длительным и рецидивирующим течением, часто приводит к инвалидности [1; 3].

В современном представлении остеохондроз – заболевание, в основе которого лежит дегенерация межпозвоночного диска с последующим изменением в межпозвоночных суставах и связочном аппарате.

Несмотря на активизацию поисков, направленных на преодоление основных синдромов, результаты медикаментозного лечения больных остаются недостаточно эффективными.