
ОБУЧЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ: МЕТОДИКИ И ПРАКТИКА 2012/2013 УЧЕБНОГО ГОДА

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ

IV Международной научно-практической конференции

Новосибирск, 10 апреля 2013 г.

Под общей редакцией С.С. Чернова



НОВОСИБИРСК
2013

ББК 74.584(2)я431
УДК 378.06(470+571)(063)
О 26

О 26 Обучение и воспитание: методики и практика 2012/2013 учебного года:
сборник материалов IV Международной научно-практической конференции /
Под общ. ред. С.С. Чернова. – Новосибирск: ООО агентство «СИБПРИНТ»,
2013. – 242 с.

ISBN 978-5-94301-000-0

ОРГКОМИТЕТ КОНФЕРЕНЦИИ:

Коротаяева Е.В., заведующий кафедрой Педагогики и психологии детства Уральского государственного педагогического университета (г. Екатеринбург), доктор педагогических наук, профессор, действительный член Академии педагогических и социальных наук – *председатель*.

Чернов С.С., заведующий кафедрой Систем управления и экономики энергетики Новосибирского государственного технического университета (г. Новосибирск), руководитель ЦРНС, кандидат экономических наук, доцент – *зам. председателя*.

Тихомирова Е.И., заведующий лабораторией Субъектной самореализации и инновационных технологий Поволжской государственной социально-гуманитарной академии (г. Самара), доктор педагогических наук профессор, академик Международной академии акмеологических наук.

Колетвинова Н.Д., профессор кафедры Русского языка, литературы и методики их преподавания Татарского государственного гуманитарно-педагогического университета (г. Казань), доктор педагогических наук, доцент.

Ставринова Н.Н., начальник отдела магистратуры, профессор кафедры Педагогического и специального образования Сургутского государственного педагогического университета (г. Сургут), доктор педагогических наук, доцент.

Куликовская И.Э., начальник отдела развития образования, профессор кафедры Дошкольной педагогики Педагогического института Южного федерального университета (г. Ростов-на-Дону), доктор педагогических наук, доцент.

Гадубева И.В., профессор кафедры Русского языка и методики начального обучения Таганрогского государственного педагогического института (г. Таганрог), доктор филологических наук, доцент.

Ганаева Е.А., заведующий кафедрой Управления образованием Института повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования Оренбургского государственного педагогического университета (г. Оренбург), доктор педагогических наук, профессор.

Дзюв А.Р., первый проректор, доцент кафедры Литературы и журналистики Шадринского государственного педагогического института (г. Шадринск), кандидат филологических наук, доцент.

В сборник вошли материалы секций: «Общая педагогика», «Современные педагогические технологии», «Современные информационные технологии в образовательной деятельности», «Коррекционная педагогика», «Теория и методика обучения и воспитания», «Компетентный подход в образовании», «Современные методы и модели в преподавании иностранных языков и культур», «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры», «Теория, методика и организация социально-культурной деятельности», «Теория и методика дошкольного образования», «Проблема качества среднего и высшего педагогического образования», «Роль учителя в современном обществе», «Региональные образовательные традиции в современной школе», «Обучение взрослых: современное состояние, проблемы и перспективы», «Информационная безопасность личности: психолого-педагогические аспекты», «Управление системой высшего образования в условиях модернизации».

Все материалы публикуются в авторской редакции.

**ББК 74.584(2)я431
УДК 378.06(470+571)(063)**

ISBN 978-5-94301-000-0

© Коллектив авторов, 2013

<i>Овчар Л.Л.</i> Условия формирования ключевых компетенций обучающихся.....	136
СЕКЦИЯ 7. СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ И МОДЕЛИ В ПРЕПОДАВАНИИ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ И КУЛЬТУР	139
<i>Линник Н.Л.</i> Профессионально-ориентированное обучение английскому языку в педагогическом колледже	140
СЕКЦИЯ 8. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	145
<i>Данилов Д.В., Захаров А.А.</i> Исследование раскладки прыжковых циклов в прыжках «кылыы»	146
<i>Заика В.М.</i> Программа реализации технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации.....	148
<i>Подулыбина А.В.</i> Лечебно-физическая культура при детском церебральном параличе.....	153
СЕКЦИЯ 9. ТЕОРИЯ, МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	158
<i>Семионов А.Г., Белошанка Р.А.</i> Особенности реализации проекта фестиваля национальной кухни со студентами Сургутского профессионального колледжа	159
СЕКЦИЯ 10. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	163
<i>Джафарова Ф.Х.</i> Музыкальное развитие детей старшего дошкольного возраста с использованием нетрадиционных музыкальных инструментов	164
<i>Махина Л.Л., Черемисина Л.В.</i> Путь к экологическому человеку	169
<i>Самсонова В.А.</i> Педагогические технологии формирования коммуникативных компетенций детей дошкольного возраста	173
<i>Синенко П.В.</i> Инновационные технологии обучения и воспитания дошкольников.....	178
<i>Шемарина А.О.</i> Игра в оркестре как форма развития музыкальности детей-дошкольников.....	180

7. Прокопьев А.Т. Планирование круглогодичного тренировочного процесса по якутским прыжкам // Материалы II Республиканской научно-практической конференции «Национальные виды спорта, народные игры в современной системе физического воспитания и образования». – Якутск: Издательство ЯГУ, 2002. – С. 105-108.

ПРОГРАММА РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ НАДЕЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-СТРЕЛКОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

© **Зайка В.М.***

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь, г. Минск

Соревновательная надежность спортсмена-стрелка – способность к сохранению требуемых качеств в экстремальных условиях деятельности. Спортсмен, рассчитывающий на успех в ответственных соревнованиях, должен обладать высокоразвитыми профессионально важными качествами (ПВК).

В педагогическом эксперименте, целью которого стало формирование соревновательной надежности (как интегрального профессионально важного качества), была использована разработанная педагогическая пятикомпонентная технология формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации (ФСНСС), представляющая собой совокупность средств и методов воспроизведения теоретически обоснованных процессов обучения и воспитания, позволяющих успешно реализовать поставленные цели [1-5].

Применение технологии ФСНСС осуществлялось в течение двух серий формирующего эксперимента. Одна серия подготовки с применением технологии ФСНСС состояла из 16 занятий.

Занятие 1. Формирование устойчивости к условиям монотонно действующих факторов и монотонной работы.

Основной целью является формирование навыка, позволяющего спортсмену-стрелку не допустить негативных изменений функционального состояния, в условиях монотонно действующих факторов и монотонной работы, что достигается с помощью методов саморегуляции и тренировкой с использованием психодиагностического комплекса в качестве тренажера.

* Соискатель.

В *подготовительной части* спортсмен-стрелок обучается методам саморегуляции и ему предлагается выполнить учебно-тренировочное занятие продолжительностью в 4 минуты, в ходе которого с большой частотой предъявляются как сигналы без предупреждения, так и с предупреждением.

Испытуемый должен следить за перемещением светового пятна, которое последовательно, с интервалом 1 с. в направлении по часовой стрелке перемещается по окружности на лицевой части пульта испытуемого (ПИ). Каждое такое перемещение сопровождается ритмическим звуковым раздражителем.

Сигналом к действию служит нарушение последовательности вспышек света, т.е. перескок светового пятна через одну щель по ходу движения. При этом испытуемый должен отреагировать быстрым нажатием на кнопку, в результате чего световое пятно возвращается в исходное положение и продолжает последовательное движение по кругу. Такого рода сигналы (перескоки) подаются с предупреждением и без предупреждения. При подаче сигнала с предупреждением в центре круга зажигается желтый индикатор, вспышка которого предупреждает испытуемого о том, что вскоре последует перескок. Время от предупредительного сигнала до перескока варьируется от 5 до 25 с.

В *основной части* спортсмену-стрелку предлагается выполнить учебно-тренировочное занятие продолжительностью в 1 час.

На протяжении занятия спортсмену-стрелку автоматически подается определенное количество сигналов с предупреждением и без него по стандартной программе в течение одного часа. Временные интервалы между сигналами варьируются от одной до семи минут. Поскольку сигналы предъявляются без какой-либо видимой закономерности и время предъявления каждого сигнала не определено, испытуемый вынужден непрерывно наблюдать за перемещением светового пятна. В ходе выполнения занятия спортсмен должен контролировать динамику своего эмоционального состояния, задавая себе вопросы:

- какая моя следующая мысль? (что позволяет управлять ходом своих мыслей в нужном, заданном направлении);
- какова моя мимика? (нет ли признаков напряженности);
- как я дышу? (нет ли чрезмерного учащения дыхания с сокращенной фазой выдоха или слишком глубокого дыхания);
- каковы мои мышцы? (нет ли скованности?).

При появлении признаков (без специального самоконтроля они сами по себе не замечаются) изменения функционального состояния следует: преодолеть мимику напряженности, улыбнуться, установить мимику спокойной уверенности в своих силах; расслабить мышцы – устранить скованность; произвести нормализацию дыхания;

В *заключительной части* спортсмен обучается технике чередования статического напряжения и расслабления мышц тела.

Занятие 2-5. Совершенствование устойчивости к условиям монотонно действующих факторов и монотонной работы.

Занятие 6. Формирование и развитие устойчивости когнитивных функций и скорости переработки информации.

В *подготовительной части* спортсмен-стрелок выполняет упражнения:

- Сосчитайте как можно быстрее в обратном порядке от 100 до 1;
- Произнесите алфавит, придумывая на каждую букву слово (А – абрикос, Б – бумага и т.д.);
- Произнесите 20 мужских имен (как можно быстрее) нумеруя 1 – Александр, 2 – Василий и т.д.;
- Произнесите 20 женских имен;
- Произнесите 20 видов пищи;
- Выберите одну букву алфавита и назовите 20 слов, начинающихся с этой буквы (как можно быстрее), нумеруя 1 – Азбука, 2 – Алфавит, 3 – Аргентина и т.д.;
- Закройте глаза, если они были открыты, и посчитайте от 1 до 20.

В *основной части* проводится плановая тренировка с ограничением времени на выстрел, серию.

В *заключительной части* спортсмен обучается методике целевой регуляции дыхательной активности.

Занятие 7-8. Совершенствование устойчивости когнитивных функций и скорости переработки информации.

Занятие 9. Формирование и развитие эмоциональной устойчивости.

В *подготовительной части* спортсмен-стрелок выполняет упражнения:

- перечислите следующие буквенно-числовые пары:
А1, Б2, В3, Г4, Д5, ..., Я33
1А, 2Б, 3В, 4Г, 5Д, ..., 33Я
Я33, Ю32, Э31, Ъ30, ..., А1
33Я, 32Ю, 31Э, 30Ъ, ..., 1А
- перечислите следующие последовательности букв:
Алфавит одновременно в прямом и обратном порядке:
А, Я, Б, Ю, Э, ...
Аналогично, но по две буквы вместе:
А-Б, Я-Ю, В-Г, Э-Ъ, ...
Выполните циклические перестановки:
А-Б-В-Г-Д, Б-В-Г-Д-А, В-Г-Д-А-Б, Г-Д-А-Б-В.

В *основной части* проводится плановая тренировка с использованием различных помех (различные шумы, стрельба из разных пистолетов (не подгоняя параметры чужого пистолета), по мишени уменьшенных размеров, не-

гативные либо позитивные вербальные воздействия перед выходом на огневой рубеж, нарушение очередности стрельбы, приглашение в тир посторонних людей).

В *заключительной части* совершенствуется навык чередования статического напряжения и расслабления мышц тела на фоне полного дыхательного цикла по методике нормального (невозбужденного) дыхания: напряжение мышц выполняется на вдохе и паузе, расслабление – на пассивном медленном выдохе.

Занятие 10-13. Совершенствование эмоциональной устойчивости.

Занятие 14. Формирование и развитие пространственно-временной структуры комплекса управляющих действий в экстремальных ситуациях соревновательного характера.

В *подготовительной части* спортсмен-стрелок с помощью секундомера определяет «индивидуальную минуту». «Индивидуальная минута» – субъективная мера времени, сопоставляется с объективной мерой – астрономической минутой за 60 с. В состоянии возбуждения и мышечного напряжения индивидуальная минута короче астрономической, а в состоянии покоя и мышечной релаксации она может быть длиннее астрономической минуты. В состоянии предстартовой лихорадки время в психическом мире спортсмена как бы «сжимается», т.е. течет быстрее, а в состоянии предстартовой апатии время спортсмена, наоборот, как бы «расширяется», т.е. течет медленнее.

После этого для регуляции своего состояния использовать комбинацию приемов:

1. с целью снизить уровень возбуждения:

- а) изменить направления мыслей;
- б) использовать успокаивающий вариант разминки:
 - медленная ходьба с плавными движениями руками;
 - плавные наклоны вперед и в стороны;
 - очень плавные вращения туловищем и головой;
 - плавные движения руками;
- в) применять успокаивающий вариант аутотренинга;
- г) воздействовать на внешние проявления эмоций;
- д) организовать свое поведение на старте

2. с целью повысить уровень возбуждения:

- а) переключать внимания на раздражители, повышающие возбуждение;
- б) использовать возбуждающий вариант разминки:
 - легкий бег;
 - гимнастические упражнения;
 - легкие прыжки вверх на месте;
 - резкие движения руками и туловищем;

- в) проводить мобилизационный вариант аутотренинга;
- г) применять возбуждающий массаж или самомассаж;
- д) вступить в контакт с тем стрелком, у которого уровень возбуждения достаточно высок.

В *основной части* проводится плановая тренировка в соревновательном режиме. Спортсмен должен:

- воспринимать сигналы об изменениях психофизиологического состояния и принимать адекватное решение;
- отслеживать появление сопутствующих мыслей и своевременно переводить их в рабочее русло;
- контролировать присутствие оптимального состояния и проверять его наличие перед выстрелом;
- восстанавливаться во время перерывов в стрельбе и т.д.

В *заключительной части* спортсмен обучается методике релаксации с помощью цвета.

Занятие 15-16. Совершенствование пространственно-временной структуры комплекса управляющих действий в экстремальных ситуациях соревновательного характера.

В результате применения технологии «ФСНСС» у спортсменов-стрелков был сформирован комплекс ПВК, обеспечивающий соревновательную надежность и систему психической регуляции деятельности, предполагающую способность к сознательному управлению своими действиями и психическими состояниями в экстремальных условиях соревнований.

Список литературы:

1. Заика В.М. Методические рекомендации для спортсменов-стрелков по предупреждению и преодолению эмоционального стресса / В.М. Заика. – Брест: Альтернатива, 2007. – 24 с.
2. Заика В.М. О некоторых аспектах психолого-педагогической подготовки спортсменов-стрелков высокой квалификации / В.М. Заика // Мир спорта. – 2012. – № 2. – С. 16-20.
3. Заика В.М. Прогнозирование в стрелковом спорте / В.М. Заика // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения: материалы XXVI Междунар. науч.-практ. конф., Новосибирск, 13 авг. 2012 г. / Сборник материалов; под общ. ред. С.С. Чернова. – Новосибирск: НГТУ, 2012. – С. 322-326.
4. Заика В.М. Соревновательная надежность – залог эффективности спортивной деятельности спортсменов-стрелков высокой квалификации / В.М. Заика // Мир спорта. – 2012. – № 4. – С. 8-12.
5. Zaika V. The formation of professional reliability of locomotive drivers / V. Zaika // Scientific Journal of Transport Problems. – 2012. – Vol. 7, Is. 3. – P. 108-117.