

низкий уровень развития мотивации (мотивация избегания неудачи), как правило, такие студенты испытывают сложности в процессе обучения в ВУЗе, им сложно устанавливать взаимодействие со сверстниками, у них слабо сформирована профессиональная компетентность, они намеренно избегают ответственности.

ВЫВОДЫ

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что уровень развития мотивации у будущих педагогов играет важнейшую роль в процессе их обучения в ВУЗе. У студентов, у которых мотивация направлена на достижение успеха, сформировано чувство ответственности за собственное обучение и установлены доверительные отношения в коллективе. Учебная деятельность таких студентов основана на применении совокупности общеучебных умений, необходимых для решения учебных задач при реализации образовательных целей и анализа собственной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Коррекция как функциональный компонент самоорганизации будущих педагогов / С.Н. Фортыхина, Л.Н. Павлова, А.А. Чепуренко, Е.А. Стерлигова, М.Н. Забродина // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 11(189). – С. 531–533.
2. Козлова И.Г. Диагностическая деятельность учителя как основа регулирования в системе управления обучением / И.Г. Козлова // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2018. – № 6 (160). – С. 90-93.
3. Попова А.А. Цифровизация образования: управление освоением образовательных дисциплин / А.А. Попова, И.Г. Козлова // *Цифровизация образования: поиск и выбор инновационных решений : материалы Международной научно-практической конференции, Челябинск, 24–26 марта 2022 года.* – Челябинск : Издательство Библиотека А. Миллера, 2022. – С. 174–176.
4. Развитие функции планирования в процессе самоорганизации будущих педагогов / С.Н. Фортыхина, Н.А. Козлова, И.В. Забродина, Е.А. Стерлигова, Е.А. Андреева // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 8(186). – С. 291–294.
5. Фортыхина С.Н. Профессиональное самоопределение выпускников педагогического вуза / С.Н. Фортыхина, Л.Н. Павлова // *Вестник Новосибирского государственного педагогического университета.* – 2017. – Т. 7, № 6. – С. 26–36.

REFERENCES

1. Fortygina S. N., Pavlova L. N., Chepurenko A. A., Sterligova E. A. and Zabrodina M. N. (2020), "Correction as a functional component of self-organization of future teachers", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 11 (189), pp. 531–533.
2. Kozlova I. G. (2018), "Diagnostic activity of a teacher as a basis for regulation in the learning management system", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 6 (160), pp. 90–93.
3. Popova A. A. and Kozlova I. G. (2022), "Digitalization of education: management of the development of educational disciplines", *Digitalization of education: search and selection of innovative solutions: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference*, Chelyabinsk, pp. 174–176.
4. Fortygina S. N., Kozlova N. A., Zabrodina I. V., Sterligova E. A. and Andreeva E. V. (2020), "Development of the planning function in the process of self-organization of future teachers", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 8 (186), pp. 291–294.
5. Fortygina S. N. and Pavlova L. N. (2017), "Professional self-determination of graduates of a pedagogical university", *Bulletin of the Novosibirsk State Pedagogical University*, V. 7, No. 6, pp. 26–36.

Контактная информация: fortyginasn@cspu.ru

Статья поступила в редакцию 08.05.2023

УДК 796.011.3

НЕСТАНДАРТНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ КООРДИНАЦИИ У СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИЙ ТВОРЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Владимир Сергеевич Аров, доцент, Татьяна Геннадьевна Евтеева, доцент, Волгоградский государственный институт искусств и культуры, Волгоград; Татьяна

Александровна Андреевко, кандидат педагогических наук, доцент, Михаил Юрьевич Савельев, кандидат педагогических наук, доцент, Игорь Валентинович Половодов, старший преподаватель, Елена Павловна Павленко, старший преподаватель, Волгоградский государственный социально-педагогический университет, Волгоград

Аннотация

Проблема развития координационных способностей еще недостаточно изучена в отечественной теории физического воспитания, она поверхностно излагается в учебниках по физической культуре и очень мало методической литературы, помогающей в подготовке специалистов искусств и культуры. Сложность двигательной задачи определяется многими причинами, в том числе требованиями согласованности одновременного и последовательного выполнения упражнений, резким увеличением количества точных микродвижений при дефиците времени. А это в первую очередь относится к степени развития координационных способностей человека. Целью исследования, является изучение нестандартных упражнений для развития координационных способностей студентов творческих профессий. Практическая значимость заключается в том, что результаты исследования создают предпосылки для существенно повышения эффективности образовательного процесса студентов высших учебных заведений.

Ключевые слова: нестандартные физические упражнения, координация, студенты.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.05.p48-51

NON-STANDARD PHYSICAL EXERCISES FOR THE FORMATION OF COORDINATION AMONG STUDENTS OF CREATIVE PROFESSIONS

Vladimir Sergeevich Arov, the docent, Tatyana Gennadievna Evtseva, the docent, Volgograd state Institute of arts and culture; Tatyana Alexandrovna Andreenko, the candidate of pedagogical sciences, docent, Mikhail Yurievich Savelyev, the candidate of pedagogical sciences, docent, Igor Valentinovich Polovodov, the senior teacher, Elena Pavlovna Pavlenko, the senior teacher, Volgograd State Social and Pedagogical University, Volgograd

Abstract

The problem of the development of coordination abilities has not yet been sufficiently studied in the domestic theory of physical education, it is superficially stated in textbooks on physical culture and there is very little methodological literature that helps in the training of specialists in arts and culture. The complexity of the motor task is determined by many reasons, including the requirements for consistency of simultaneous and sequential exercise, a sharp increase in the number of precise micro-movements with a shortage of time. And this primarily refers to the degree of development of a person's coordination abilities. The purpose of the research presented in this article is to study non-standard exercises for the development of coordination abilities of students of creative professions. The practical significance of this study lies in the fact that the results of this study create prerequisites for significantly improving the efficiency of the educational process of students of higher educational institutions.

Keywords: non-standard physical exercises, coordination, students.

ВВЕДЕНИЕ

В современных профессиях, специалистов искусств и культуры, таких как пианистов, баянистов, струнников, актеров и режиссеров, художников и некоторых других специалистов, двигательный компонент находится ниже оптимума, запрограммированного у человека в онтогенезе. Это не способствует созданию необходимой физиологической базы высокой работоспособности в ходе выполнения своих профессиональных операций, и не обеспечивает условий для купирования отрицательного влияния повышенной психологической напряженности.

Нам представляется, что немаловажным фактором при освоении сложных двигательных действий, является развитие координационных способностей, проявляющихся в умелых и точных действиях при относительно малоподвижном туловище (музыканты, художники и др.) [1, 2].

Действия актера или работа режиссера также требует высокоразвитых координационных способностей. При исполнении сценических трюков, необходимо умение перестраивать двигательную деятельность, с целью мгновенного реагирования на внезапно меняющуюся обстановку.

В практике существуют в основном два метода, при помощи которых преподаватели решают задачи развития и совершенствования координационных способностей. Первый метод необычных двигательных заданий, и второй метод - сенсорный. При применении первого студенты обязаны быстро, точно и сноровисто, с ходу (с листа) выполнить двигательное задание, определенное преподавателем.

Второй метод заключается в том, чтобы, применяя дополнительную и срочную информацию о предстоящем движении, повысить возможность студентов в управлении своими движениями [3].

В физическом воспитании, средствами для развития двигательных навыков и умений, являются упражнения. По своему применению они делятся в основном на две группы: 1) стандартные (относительно стереотипные) и 2) нестандартные (нестереотипные) [3].

Для проведения научного эксперимента мы использовали только нестандартные физические упражнения. При подборе упражнений мы смоделировали принцип разноимённости выполнения двигательных действий, например: начало движений не с левой ноги, а с правой ноги; не с левой руки, а с правой; наклоны, выпады не в левую сторону, а в правую; метание предметов не правой рукой, а левой рукой; прыжки с отталкиванием не толчковой ногой, а маховой; старт спиной к старту; «зеркальное» выполнение комплексных гимнастических упражнений и т.п.

Все подобранные для эксперимента нестандартные упражнения были классифицированы по принципам воздействия на организм обучаемых.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для участия в эксперименте были отобраны студенты, изъявившие желание в нем участвовать. Все участники были распределены по группам.

При формировании групп, учитывалась спортивная подготовка или регулярность занятий в работающих в вузе спортивных секциях. Одна из групп, в которой студенты не имели опыта спортивных тренировок, была взята для эксперимента из сетки обычных учебных занятий в своем потоке.

При подготовке к эксперименту нами была смоделирована система нестандартных упражнений по нарастающей сложности, и разработаны специальные требования к технике выполнения координационных комбинаций, с условиями тестирования. Точность выполнения нестандартных упражнений, являлась основным мериллом и оценивалась в количествах ошибок по элементам самого упражнения.

Таблица – Результаты педагогического эксперимента студентов профессий творческой направленности

| № | Испытуемые студенты | Величина ошибок воспроизведения упражнений (в %) | | |
|---|---------------------------------|--|---------------------|-----------------|
| | | Пространственное ориентирование | Временные интервалы | Мышечные усилия |
| 1 | Занимающиеся в секции волейбол | 4,3 | 3,1 | 4,0 |
| 2 | Занимающиеся в секции баскетбол | 3,6 | 2,4 | 6,2 |
| 3 | Занимающиеся в секции футбол | 3,2 | 2,9 | 3,2 |
| 4 | Занимающиеся в секции фитнеса | 4,1 | 3,7 | 3,9 |
| 5 | Не занимающиеся спортом | 12,3 | 9,2 | 15,4 |

По результатам эксперимента (таблица), наблюдается значительное различие в точности движений в зависимости от спортивной подготовки, а именно студенты, регулярно занимающиеся в спортивных секциях и имеющие до поступления в вуз, спортивную подготовку спортивные разряды, при выполнении предложенных сложных двигательных заданий, сделали меньшее количество ошибок, чем те студенты, которые не занимаются

спортом.

ВЫВОДЫ

Результаты эксперимента, педагогические наблюдения и опыт работы с такой категорией студентов, позволяет нам определить наиболее проблемные направления развития координационных способностей этих творческих профессий:

- развитие способности быстро, точно, находчиво и экономно выполнять сложные двигательные действия;
- развивать умение перестраивать двигательную деятельность, дифференцировать ее применительно к обстановке;
- развивать способность управлять, регулировать и варьировать перемещением тела и его звеньев в пространстве;
- учиться чувствовать время, скорость, темп, ритм при выполнении двигательных действий;
- развивать мышечную память и умение импровизировать в процессе двигательной деятельности, в соответствии с изменяющейся обстановкой;
- быстро и правильно реагировать на движущийся объект, внезапные команды и сигналы (голос, свисток, жесты);
- развивать и совершенствовать функциональные возможности двигательного анализатора, а вместе с ним, психомоторную функцию своего организма.

ЛИТЕРАТУРА

1. Исследование мотивационных основ формирования двигательной активности у студентов на этапе вузовского образования / Т.А. Андреевко, И.В. Половодов, Е.В. Серженко, В.С. Аров, Т.Г. Евтеева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – №10(188). – С. 25–27.
2. Попенко В.А. Проблемы здоровья студентов и пути их решения / В.А. Попенко // Инновационное развитие: потенциал науки и современного образования: материалы V международной научно-практической конференции. – Пенза, 2019. – С.167–169.
3. Физическая культура студента: учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – Москва : Гардарики, 2001. – 448 с.

REFERENCE

1. Andreenko, T.A., Polovodov, I.V., Serzhenko, E.V., Arov, V.S. and Evteeva, T.G. (2020) "The study of motivational foundations of the formation of motor activity in students at the stage of university education", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No.10 (188), pp. 25–27.
2. Popenko, V.A. (2019) "Problems of students' health and ways to solve them", *Innovative development: the potential of science and modern education: materials of the V International Scientific and Practical Conference*, Penza, pp.167–169.
3. Ilyinich V.I. (2001), *Physical culture of a student: textbook*, Gardariki, Moscow.

Контактная информация: tan4ik-82@mail.ru

Статья поступила в редакцию 29.04.2023

УДК 796.034.2

РЕГИОНАЛЬНЫЕ СТАНДАРТЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОК, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВУЗАХ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

Мария Александровна Артемьева, аспирант, Иркутский национальный исследовательский технический университет, Иркутск

Аннотация

На основе мониторинговых технологий изучено физическое развитие студенток, обучающихся в крупнейшем вузе Иркутской области, разработаны его региональные стандарты, дающие