

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВПО "МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. М.А. ШОЛОХОВА"**

На правах рукописи

НАГОВИЦЫН РОМАН СЕРГЕЕВИЧ

**ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ
ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА
(НА ОСНОВЕ МОБИЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ)**

13.00.08 – теория и методика профессионального образования

*Диссертация на соискание ученой степени
доктора педагогических наук*

Научный консультант:
доктор педагогических наук, профессор
Сенатор Светлана Юргеновна

Москва - 2014

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
Глава 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ	28
1.1. Историко-педагогический анализ научных предпосылок физической культуры личности	28
1.2. Категориальное поле исследования проблемы формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения.....	48
1.3. Обоснование методологических подходов и принципов формирования физической культуры студентов.....	73
Выводы по первой главе.....	115
Глава 2. СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА	119
2.1. Концепция формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения	119
2.2. Компоненты физической культуры студентов.....	126
2.3. Критерии и уровни сформированности физической культуры студентов.....	136
2.4. Модель формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения.....	144
Выводы по второй главе.....	150
Глава 3. МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ МОБИЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ.....	153
3.1. Этапы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза	153
3.2. Реализация национально-регионального компонента содержания образования в авторской методике.....	162

3.3. Содержание методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения	173
Выводы по третьей главе.....	229
Глава 4. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА.....	232
4.1. Разработка образовательного пространства как ведущее общепедагогическое условие эффективности формирования физической культуры студентов.....	232
4.2. Реализация педагогики мобильного обучения как методико-технологическое условие эффективности формирования физической культуры студентов	255
4.3. Управление и обеспечение педагогического процесса как специфическое, личностно-развивающее условие эффективности формирования физической культуры студентов	284
Выводы по четвертой главе.....	294
Глава 5. МОНИТОРИНГ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ МОБИЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ.....	297
5.1. Диагностический аппарат экспериментального исследования	297
5.2. Диагностика уровня сформированности физической культуры студентов по основным компонентам и критериям	304
5.3. Результаты экспериментальной работы по формированию физической культуры студентов	332
Выводы по пятой главе.....	344
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	346
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	360
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	416

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Современное общество вступило в век информационных и коммуникационных технологий во всех сферах жизнедеятельности, от производственно-экономической - до социокультурной и образовательной. Мобильный век, с его новыми технологическими возможностями востребует человека мобильного, оперативно и творчески мыслящего и действующего. Гармоничное сочетание оздоровительной, физкультурной и спортивной видов деятельности в физическом, духовно-нравственном и творческом развитии студенческой молодёжи, несомненно, способствует становлению мобильной личности.

Актуальной проблемой профессиональной педагогики становится мобильное обучение студентов с использованием мобильных устройств и инновационных образовательных Internet-технологий. Формирование физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения обеспечивает качество подготовки будущего специалиста, как в спортивно-педагогической, так и в частно-методической профессионализации.

Однако разработка основ формирования физической культуры студентов в вузе на основе инновационных подходов, таких как мобильное обучение студентов по специальной системе физкультурно-оздоровительных физических упражнений с учетом развития профессионально важных качеств студентов различных специальностей, не осуществлена до настоящего времени.

Наш научный интерес заключается в создании концепции, разработке модели, а также научной апробации методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза в

условиях мобильного обучения и использованием мобильных устройств и инновационных информационно-коммуникативных технологий.

Предварительное исследование проблемы влияния сформированности физической культуры на качество профессиональной подготовки студентов различных специальностей показало, что в сложившейся ситуации профессионального педагогического образования обнаруживаются **противоречия:**

- между объективной необходимостью совершенствования физического воспитания студенческой молодежи и отсутствием теоретико-методологических оснований формирования физической культуры студентов;

- между широким спектром научных изысканий, ориентирующих совершенствование физкультурной подготовки будущего специалиста и недостаточной разработанностью методики мобильного обучения с использованием мобильных средств и инновационных информационно-коммуникативных технологий;

- между осознанием обществом необходимости физического, интеллектуального и духовного развития современной мобильной личности, поддержания оптимального уровня здоровья через формирование физической культуры студенческой молодёжи и отсутствием необходимых социально-педагогических условий ее формирования;

- между стремительно меняющейся жизнью, возрастанием темпов научно-технического прогресса, активизацией социальных перемен, влияющих на молодежь, которой необходимо адаптироваться к новым условиям жизнедеятельности, и системой образования, которая не может в полной мере реагировать на социальные изменения и удовлетворить потребности современных студентов;

- между несовершенством традиционной методической базы по формированию физической культуры студентов гуманитарного вуза и широкими возможностями занятий физической культурой молодежи на основе внедрения инновационных технологий, на основе разработки мобильного физкультурного контента, нетрадиционных физкультурно-оздоровительных методик, отвечающих современным запросам молодежи, направленных на гуманизацию учебно-оздоровительного процесса с учетом инноваций, творчества, инициативы и интересов преподавателя и студентов;

- между возрастающими требованиями нормативных документов к качеству педагогического образования и недостаточным использованием в образовательной практике содержательного потенциала физической культуры, основанного на технологических возможностях национально-регионального компонента.

При этом ряд проблем, связанных с формированием физической культуры студентов и проектирования педагогических технологий в образовательной среде, насыщенной мобильными устройствами остается за пределами интереса исследователей и разработчиков.

Степень разработанности проблемы

Отдельные аспекты формирования физической культуры студентов вузов представлены в исследованиях современных педагогов-учёных. Это докторские работы по формированию физической культуры (С.С. Аганов [4], Л.Н. Акулова [8], Н.В. Барышева [30], М.Я. Виленский [78], Ю.И. Евсеев [140], В.В. Зайцева [149], В.Ю. Карпов [188], А.В. Лотоненко [252], Л.И. Лубышева [257], Ю.М. Николаев [318], П.К. Петров [342], В.А. Петьков [344], Т.В. Скобликова [409], В.Н. Соловьев [424], Г.М. Соловьев [426], В.В. Становов [429], И.С. Сырвачева [443], Н.Х. Хакунов [481], М.М. Чубаров [493], В.Г. Шилько [504], Г.А. Ямалетдинова [515]). Однако целостной теории физического воспитания

студенческой молодёжи в современных условиях информатизации образования на настоящий момент не создано.

Недостаточная разработанность теоретико-методологических основ формирования физической культуры студентов и проектирование педагогических технологий в учебном процессе в информационной образовательной среде на базе мобильных устройств позволили нам определить **тему исследования**: «Формирование физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза (на основе мобильного обучения)», **проблема** которого сформулирована следующим образом: «Каковы теоретико-методологические основы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза?»

Цель исследования – выявить и обосновать теоретико-методологические основы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза в условиях мобильного обучения.

Объект исследования - процесс формирования физической культуры студентов различных специальностей в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Предмет исследования - теоретико-методологические основы формирования физической культуры студентов гуманитарного вуза.

Гипотеза исследования: процесс формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза будет эффективным, если:

- будет создана концепция формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения;

- в основу разработки концепции будет положена идея о взаимообусловленности оздоровительной и спортивной видов деятельности в формировании физической культуры студентов;

- будет создана и реализована модель формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза;

- будет разработан критериально-уровневый аппарат диагностики сформированности физической культуры студента в условиях мобильного обучения;

- будет разработана методика формирования физической культуры студентов различных специальностей на основе реализации возможностей мобильного обучения;

- выявлена совокупность организационно-педагогических условий (общие, частные, специфические), влияющих на формирование физической культуры студентов различных специальностей (направлений и профилей) в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Задачи исследования:

1. Изучить теорию и историю вопроса, определить тенденции физического воспитания студенческой молодёжи и охарактеризовать основные понятия настоящего исследования: «физическая культура студента», «физкультурная деятельность», «педагогика мобильного обучения», «мобильное обучение студента».

2. Создать концепцию формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения, включающую в себя модель, цель, педагогические принципы, формы и методы, содержание, педагогические условия, уровни и критерии эффективности педагогического процесса.

3. Разработать и реализовать в образовательной практике модель формирования физической культуры студентов различных специальностей в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения.

4. Определить критериально-уровневый аппарат исследования, методы педагогической диагностики и процедуры их использования в процессе формирования физической культуры студентов.

5. Разработать и апробировать в образовательной практике методику формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения.

6. Выявить, теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность организационно-педагогических условий формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Теоретико-методологическая база исследования: труды по методологии современной физической культуры личности (В.К. Бальсевич [26], М.Я. Виленский [78], Л.И. Лубышева [257], Л.П. Матвеев [272], Ю.М. Николаев [318], В.А. Щеголев [501], Ken Green [532]); культурологический подход к современному образованию (М.М. Бахтин [291], В.С. Библер [47], Е.В. Бондаревская [54], С.В. Кульневич [236], И.Я. Лернер [246], Э.С. Маркарян [267]); идеи целостного педагогического процесса профессионального образования (В.В. Краевский [217], И.Я. Лернер [245], Е.А. Сергеев [402]); теория системного подхода (В.Г. Афанасьев [21], В.П. Беспалько [45], Б.С. Гершунский [102], Ю.А. Конаржевский [205], Б.Ф. Ломов [250], Ю.П. Сокольников [421]), личностно-деятельностный подход (Б.Г. Ананьев [16], А.А. Бодалев [51], Л.С. Выготский [88], П.Я. Гальперин [99], А.Н. Леонтьев [244], В.С. Мерлин [280], Н.Н. Нечаев [308], С.Л. Рубинштейн [386], В.Н. Соловьев

[425], В.Д. Шадриков [494]); личностно-ориентированный подход (Н.А. Алексеев [12], В.В. Сериков [398], И.С. Якиманская [512]); труды по формированию профессиональной компетентности (И.А. Зимняя [159], А.В. Тутолмин [463], B.S. Bloom [520]); труды по реализации идей мобильного обучения в образовательном процессе (А.А. Андреев [17], В.А. Куклев [232], Е.С. Полат [356], С.В. Титова [455], J.B. Traxler [557]); научные работы по реализации современных информационных технологий в образовании (А.Д. Иванников [162], В.Г. Кинелев [193], К.К. Колин [202], А.А. Кузнецов [229], М.П. Лапчик [242], И.В. Роберт [377], О.А. Sinelnikov [546]); исследования, посвященные использованию сети Интернет в качестве информационной поддержки образовательно-воспитательного процесса (Т.В. Регер [375], А.Н. Тихонов [457]); труды по теории программирования (В.Е. Жужжалов [148], И.О. Одинцов [329], E.W. Dijkstra [528]); исследования, посвященные изучению этнопедагогических основ обучения и воспитания (Г.Н. Волков [84], З.Г. Нигматов [309], С.Ю. Сенатор [396], Э.И. Сокольникова [419]), методология физического образования студентов за рубежом (Ken Green [532], Kenneth Brubaker [534], Laura Azzarito [537], Scott Kendal Baker [552], Stephen Silverman [554], Zan Gao [560]).

Методы исследования:

- теоретические: теоретический анализ и обобщение научной литературы; изучение и обобщение передового педагогического опыта; моделирование;
- эмпирические: методы экспертных оценок; наблюдения за процессом формирования физической культуры студентов в гуманитарных вузах; беседы, анкетирование; педагогический эксперимент; инструментальные методы оценки уровня физического здоровья, показателей физической подготовленности и профессионально-значимых психо-физических качеств;
- математико-статистическая обработка полученных результатов.

Организация и этапы исследования. Исследование проводилось с 2008 по 2014 гг. на базе ФГБОУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт им. В.Г. Короленко», ряда педагогических образовательных учреждений Удмуртской Республики.

На первом этапе (2008-2010 гг.) осуществлялся анализ философской, культуроведческой, социологической, психологической и педагогической литературы, первоисточников и электронных ресурсов по проблеме исследования, учебно-методической литературы по организации экспериментального исследования по формированию физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, практической реализации средств и элементов содержания физической культуры современных физкультурно-оздоровительных технологий в обучении; обобщение передового российского и зарубежного педагогического опыта; разрабатывался мобильный физкультурный контент на основе программного обеспечения для мобильных устройств; анализировались предпосылки и факторы, влияющие на формирование физической культуры студентов; создавалась эмпирическая и теоретическая база для формулирования проблемы и предварительных положений исследования.

На втором этапе (2010-2011 гг.) разрабатывался научный аппарат исследования, его исходные параметры и категориальная и программная основа; разрабатывались технологические основы исследуемого явления; осуществлялось мониторинговое исследование состояния сформированности физической культуры студентов в гуманитарном вузе. Анализировалось содержание ФГОС ВПО третьего поколения (требования к результатам освоения основных программ бакалавриата, в частности формируемые компетенции для дисциплины «Физическая культура»). На основе анализа положений культурологического, системно-деятельностного, компетентностного, инновационно-технологического и личностно-ориентированного подходов обосновывались концептуальные

основы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза. Конструировалась модель формирования физической культуры студентов, организовывалось образовательное пространство гуманитарного вуза на основе разработки взаимообусловленных подпространств (учебное, внеучебное и информационное).

На третьем этапе (2011-2013 гг.) разрабатывалась и реализовывалась программа исследования и научно-методическое обеспечение проведения опытно-экспериментальной работы; внедрялась методика формирования физической культуры студентов на основе реализации идей мобильного обучения с помощью разработки специального физкультурного контента и с учетом национально-регионального компонента. В контексте авторской методики внедрялись экспериментальные программы нетрадиционных физкультурно-оздоровительных систем физических упражнений, включая национальные элементы физического воспитания, программы развития профессионально-важных качеств студентов различных педагогических специальностей; обосновывалось внедрение средств физической культуры и спорта для формирования психолого-физической готовности будущих специалистов к профессиональной деятельности. В аспекте реализации физкультурной деятельности выявлялись организационно-педагогические условия эффективности формирования физической культуры студентов.

На четвёртом этапе (2013-2014 гг.) с помощью комплекса диагностических методик осуществлялась проверка эффективности методологических основ, разработанной методики и организационно-педагогических условий формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, проводилась обработка и систематизация полученных результатов, обобщались результаты, подводились итоги исследования.

Наиболее существенные результаты, полученные лично соискателем и их научная новизна:

1. На основе историко-педагогического анализа проблемы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза выявлены и научно обоснованы концептуальные положения:

а) физическое воспитание студенческой молодёжи, реализуемое через включение их в оздоровительную, спортивную деятельность, ориентируется на формировании их физической культуры как неотъемлемой части, грани общей профессиональной культуры, и как базового, универсального профессионально-личностного качества будущего специалиста.

б) «физическая культура студента» представляет собой, интегративное, динамичное качество личности, характеризующееся определенным уровнем специальной образованности, физического развития, мотивационно-ценностных ориентаций и социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и интегрированных в физкультурной, оздоровительной и спортивной деятельности, реализующихся в культуре образа жизни, духовности и психофизическом здоровье.

в) «педагогика мобильного обучения», «мобильное обучение студента», которые используется в диссертации в качестве теоретического конструкта, позволяют разрешать противоречия между тенденцией к стандартизации и новыми требованиями к учителю, возникающие в условиях динамично меняющейся социальной ситуации развития образования в Российской Федерации.

2. Разработана концепция формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения в системе профессионального педагогического образования как новое научное обоснование повышения качества профессиональной подготовки.

В основе концепции формирования физической культуры студентов положена идея о целостности и взаимообусловленности всех сфер: физической, интеллектуальной, профессиональной, духовно-нравственной, творческой подготовки.

Концепция раскрывается через следующие *идеи*:

- основными направлениями формирования физической культуры студентов выступают: культурологический подход, системно-деятельностный и личностно-ориентированный, компетентностный и инновационно-технологический подходы;
- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении принципа культуросообразности, синергии интеллектуального и деятельностного составляющих физкультурной деятельности, самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности, индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности, интегративности содержания, развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности;
- мобильность обучения студентов в физкультурной подготовке студентов достигается педагогом при обеспечении доступности мобильных технологий каждому обучающемуся, генерализации учебной информации, перевода виртуальной в реальную физкультурную деятельность, мобильного непрерывного самообразования с помощью мобильных устройств, персонифицированности физкультурной подготовки;
- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении следующих педагогических условий: организация образовательного пространства гуманитарного вуза на основе интеграции трех синергетически взаимосвязанных подпространств: учебное, внеучебное (социокультурное) и информационное (медиа); реализация педагогики мобильного

обучения; научно обоснованное управление процессом формирования физической культуры студентов.

3. Предложена и внедрена в практическую деятельность модель формирования физической культуры студентов различных специальностей, отражающая систему специфической организации процесса педагогического образования, центральным звеном которой становятся принципы, методологические подходы и инновационная методика, обеспечивающих эффективность педагогического процесса. Модель состоит из системы взаимосвязанных блоков. *Целевой блок* уточняет социальный заказ и цель исследования. *Методологический блок* оптимизирует процесс профессионализации, посредством определения теоретических основ, методологических подходов, принципов, педагогических условий для эффективного формирования физической культуры студентов. *Содержательный блок* основан на реализации специальной образовательной программы мобильного обучения. *Уровневый блок* раскрывает структуру формирования физической культуры студентов по компонентам и уровням. *Результирующий блок* показывает результат экспериментальной работы.

4. Определен критериально-уровневый аппарат, методы педагогической диагностики и процедуры их использования в процессе формирования физической культуры студентов, включая авторские методики анализа мотивационно-ценностного отношения с помощью изучения социальных сетей и авторской системы уровней сформированности когнитивного компонента физической культуры студента.

5. Разработана методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения. Данная методика реализуется с помощью физкультурного контента. Особенности авторской методики обучения являются: учёт национально-

регионального компонента; дифференциация физкультурной деятельности обучающихся, ориентированной на подготовку к сдаче норм всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне» и развитие профессионально-важных качеств личности с использованием нетрадиционных физических упражнений. Методика реализована по следующим этапам формирования физической культуры: мировоззренческого, деятельностного и творческого, каждый из которых имеет определенную цель, содержание, ключевым компонентом которого является реализация идей мобильного обучения.

6. Выявлена, теоретически обоснована и экспериментально проверена эффективность организационно-педагогических условий формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза. Организована физкультурная деятельность студентов в рамках разработанной и внедренной модели образовательного пространства гуманитарного вуза, как ключевого условия эффективности формирования физической культуры студентов, основанного на синергетическом триединстве подпространств: учебное, внеучебное (социо-культурное) и информационное (медиа).

Теоретическая значимость исследования

1. Сделан определенный вклад в исследование проблем современного высшего профессионального образования, связанный с разработкой методологии формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

2. Разработанная концепция формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения выступает как новое научное обоснование и основание для повышения качества профессиональной подготовки будущих педагогов. Ценность идеи состоит в необходимости целостного формирования в высшей школе физической

культуры студентов через формирование культуросообразного содержания обучения на основе единства и взаимообусловленности мировоззренческого, интеллектуального, двигательного и социального компонентов, посредством усвоения опыта физкультурной деятельности в вузе с помощью интеграции учебных дисциплин и самостоятельной деятельности студентов на основе реализации мобильного обучения. Концепция вносит вклад в развитие понятийного аппарата профессиональной педагогики и дидактики высшей школы. Методологические основы исследования формулируются на базе культурологического, системно-деятельностного, инновационно-технологического, компетентностного и личностно-ориентированного подходов. Определены педагогические принципы, составляющие ядро концепции формирования физической культуры студентов.

3. Созданная модель формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения вносит вклад в теорию моделирования сложных педагогических систем. Представленная модель отражает систему специфической организации процесса педагогического образования, центральным звеном которой становятся принципы, методологические подходы и авторская методика формирования физической культуры студентов.

4. Критериально-уровневый аппарат, методы психолого-педагогической диагностики и процедуры их использования в процессе формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, определенные автором, в частности мониторинг содержания социальных сетей, вносят вклад в теорию психолого-педагогических измерений, мониторинг и диагностику.

5. Разработанная методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного

обучения способствует модернизации в системе педагогического образования (учёт внедрения национально-регионального компонента содержания обучения, комплекс новых методов, таких как информационные и мобильные, и форм физкультурной деятельности).

6. Система педагогических условий формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза обеспечивает научно обоснованную организацию педагогического процесса.

Практическая значимость исследования определяется широким использованием накопленного автором опыта формирования физической культуры студентов, их физкультурной деятельности, теоретических выводов и методических рекомендаций по развитию системы педагогического образования. В свою очередь повышение эффективности данной системы заключается в использовании ее результатов в обосновании содержательных, методических и технологических решений проблемы формирования физической культуры студентов, а также в эффективности процесса профессионального образования специалистов педагогических специальностей посредством внедрения мобильного обучения и интеграции учебных дисциплин физкультурно-формирующего цикла.

Разработана авторская методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения. Она включает в себя реализацию мировоззренческого, деятельного и творческого этапов. Методика включает мобильно-образовательную поддержку физкультурной деятельности студентов на основе реализации идей мобильного обучения.

Для эффективной реализации методики формирования физической культуры студентов нами разработан физкультурный контент, включающий

аудио-лекции, виртуальные спортивные состязания, мобильные тренировки, классификации мобильных приложений.

Определены педагогические условия, под которыми мы понимаем совокупность необходимых и достаточных мер, обстоятельств места и времени, обеспечивающих достижение студентом более высокого уровня формирования физической культуры. Они представляют собой специально смоделированные ситуации включения студента в образовательно-воспитательный процесс вуза, направленный на формирование физической культуры студентов.

Результаты исследования создают базу для модернизации профессионального педагогического образования, совершенствование содержания, структуры и контроля дисциплины «Физическая культура», создания новых педагогических ситуаций для формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза. Оригинальные подходы к конструированию содержания педагогического образования могут служить ориентировочной основой при разработке учебных планов и программ педагогических дисциплин. Они нашли применение при разработке учебного плана «Реализация идей мобильного обучения в сфере физической культуры», авторских учебных программ «Физическая культура личности студента» и «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры». Материалы исследования используются в основе содержания обучения курсов повышения квалификации «Совершенствование физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности обучающихся в условиях введения ФГОС» для преподавателей профессионального образования, учителей физической культуры и тренеров-преподавателей Удмуртской республики, руководимые автором.

Созданы учебно-методические пособия, контрольно-измерительные материалы как диагностико-обучающие комплексы. Результаты и выводы

исследования используются при организации физкультурной деятельности студента; разработанная программа и научно-методический комплекс обеспечивают практическую реализацию педагогических условий формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Достоверность и объективность результатов исследования обеспечена непротиворечивыми исходными данными теоретико-методологических положений; теоретическим анализом проблематики диссертации; применением культурологического, системно-деятельностного, инновационно-технологического, личностно-ориентированного и компетентностного подходов; использованием комплекса исследовательских методов, адекватных поставленным исследовательским задачам; детальным анализом утверждаемых в гипотезе зависимостей; длительностью опытно-экспериментальной работы и многократной повторяемостью полученных результатов.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Методологическую основу исследования составляет культурологический подход, системно-деятельностный и личностно-ориентированный, компетентностный и инновационно-технологический подходы, объединённые в единую методологическую систему. Данные методологические подходы ориентируют на определение целей профессиональной подготовки студента и механизмов их достижений.

Физическое воспитание студенческой молодёжи, реализуемое через включение их в оздоровительную, спортивную деятельность, ориентируется на формировании их физической культуры как неотъемлемой части, грани общей профессиональной культуры, и как базового, универсального профессионально-личностного качества будущего специалиста.

Историко-педагогический анализ проблемы формирования физической культуры у студенческой молодёжи позволил нам определить ключевые тенденции. К ним мы относим: комплексность в разработке теоретических аспектов знания (медико-биологические, психологические, педагогические, философские, социологические, профессионально-интегративные и культуроведческие); междисциплинарность в выявлении характера и тенденций исследований по проблеме; осознание физической культуры как части общей культуры и как базового, необходимого профессионально-личностного качества будущего специалиста.

«Физическая культура студента» представляет собой интегративное динамичное качество личности, которое характеризуется определенным уровнем специальной образованности, физического развития, ценностных ориентаций и социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и интегрированных в физкультурной, оздоровительной и спортивной деятельности, реализующихся в культуре образа жизни, духовности и психофизическом здоровье.

«Педагогика мобильного обучения», «мобильное обучение студента», которые используются в диссертации в качестве теоретического конструкта, позволяют разрешать противоречия между тенденцией к стандартизации и новыми требованиями к учителю, возникающие в условиях динамично меняющейся социальной ситуации развития образования в Российской Федерации.

2. Разработана концепция формирования физической культуры студента в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения, как новое научное обоснование повышения качества профессиональной подготовки.

В основе концепции формирования физической культуры студентов положена идея о целостности и взаимообусловленности всех сфер: физической, интеллектуальной, профессиональной, духовно-нравственной, творческой подготовки.

Концепция раскрывается через следующие идеи:

- основными направлениями формирования физической культуры студентов выступают: культурологический подход, системно-деятельностный и личностно-ориентированный, компетентностный инновационно-технологический подходы;

- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении принципа культуросообразности, синергии интеллектуального и деятельностного составляющих физкультурной деятельности, самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности, индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности, интегративности содержания, развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности;

- мобильность обучения в физкультурной подготовке студентов достигается педагогом при обеспечении доступности мобильных технологий каждому обучающемуся, генерализации учебной информации, перевода виртуальной в реальную физкультурную деятельность, интенсивного физкультурного самосовершенствования с помощью мобильных устройств (смартфонов), персонифицированности физкультурной подготовки;

- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении следующих педагогических условий: организация образовательного пространства гуманитарного вуза на основе интеграции трех синергетически взаимосвязанных подпространств: учебное, внеучебное (социокультурное) и информационное (медиа); реализация педагогики мобильного

обучения; научно обоснованное управление процессом формирования физической культуры студентов.

В диссертации показано, что формирование физической культуры студентов должно осуществляться как единство системы категорий общества, природы, человека и культуры, взаимообусловленности совокупности общих, частных и специфических условий эффективности формирования физической культуры, а также с учетом закономерностей, ведущих тенденций и принципов профессионального образования.

Эффективность процесса формирования физической культуры студентов достигается при обеспечении взаимодействия мировоззренческого (мотивационного), интеллектуального (когнитивного), двигательного (деятельностного) и социального (мобильные технологии) компонентов посредством усвоения опыта творческой физкультурной деятельности в вузе на основе интеграции учебных дисциплин и инновационных технологий, представленных мобильным обучением.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» и дисциплин физкультурно-формирующего цикла в гуманитарных вузах должно быть структурировано согласно концептуальным линиям непрерывной физкультурной деятельности студентов.

Процесс формирования физической культуры студентов может и должен обеспечивать дифференциацию и индивидуализации обучения с помощью мобильных устройств и технологий, внедрения национально-регионального компонента содержания обучения и использования нетрадиционных систем физических упражнений.

3. Модель состоит взаимосвязанных блоков. *Целевой блок* уточняет социальный заказ и цель исследования. *Методологический блок* оптимизирующего процесс профессионализации, посредством определения

теоретических основ, методологических подходов, принципов, педагогических условий для эффективного формирования физической культуры студентов. *Содержательный* блок основан на реализации специальной образовательной программы мобильного обучения. *Уровневый* блок раскрывает структуру формирования физической культуры студентов по компонентам и уровням. *Результирующий* блок показывает результат экспериментальной работы.

Модель в целом раскрывает структуру формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

4. Критериально-уровневый аппарат, методы педагогической диагностики и процедуры их использования в процессе формирования физической культуры студентов, разработанные автором, позволяют более качественно проводить мониторинг, диагностику и оценивать динамику и результативность формирования, тем самым вносят вклад в теорию педагогических измерений в контексте внедрения мониторинга социальных сетей. Они способствовали выявлению исходного и итогового уровней формирования физической культуры студентов на основе выявления степени развития ее основных компонентов и показателей.

5. Разработана авторская методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения. Методика реализуется с помощью физкультурного контента. Особенности авторской методики обучения являются: учёт национально-регионального компонента; дифференциация физкультурной деятельности обучающихся, ориентированной на подготовку к сдаче норм всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне» и развитие профессионально-важных качеств личности с использованием нетрадиционных физических упражнений. Методика реализована по следующим этапам формирования физической культуры: мировоззренческого, деятельного и

творческого, каждый из которых имеет определенную цель, содержание, ключевым компонентом которого является реализация идей мобильного обучения.

Данная методика составляет базу для модернизации профессионального педагогического образования, гарантирующего повышение качества профессиональной подготовки студентов.

6. Выявлена, теоретически обоснована и экспериментально проверена эффективность педагогических условий формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

В исследовании определены наиболее общие организационно-педагогические условия формирования физической культуры студентов:

- организация образовательного пространства гуманитарного вуза на основе интеграции трех синергетически взаимосвязанных подпространств: учебное, внеучебное (социо-культурное) и информационное (медиа);

- реализация учебного подпространства на основе активизации совершенствования интеллектуальной составляющей физкультурной деятельности и разработки интегративного специального теоретического курса для учебных дисциплин «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ» и «Возрастная анатомия физиология и гигиена», направленного на формирование физической культуры студентов;

- создание внеучебного (социокультурного) подпространства на основе интеграции специальных структурных воспитательных, социальных и оздоровительных подразделений вуза. Основным механизмом взаимодействия студентов являются: субъект-субъектные отношения, ориентированность на содержание будущей профессиональной деятельности, актуализация позитивных

эмоциональных состояний, наличие обратной связи на основе межличностного общения и педагогической диагностики;

- создание информационного (медиа) подпространства в аспекте реализации идей мобильного обучения на основе внедрения информационных технологий, включающих в свое содержание электронное, компьютерное и мобильное обучение, предоставляющее значительные инновационные дидактические возможности для разработки обучающих, консультирующих и контролирующих мобильных программ, ориентированных на активизацию познавательной деятельности обучающихся;

- реализация авторской методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, основанной на интеграционной разработке инновационных экспериментальных программ.

Частными, методико-технологическими условиями, влияющими на эффективность формирования физической культуры студентов, в исследовании выступают:

- внедрение в образовательно-воспитательный процесс мобильных технологий на основе реализации идей педагогики мобильного обучения:

- составление аудиокурсов для внеаудиторной работы студентов: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» и реализация виртуальных спортивных состязаний в контексте формирования мотивационного компонента физической культуры студентов;

- разработка специального сайта в сети Интернет (мобильного физкультурного контента) для мобильных устройств. Контент мотивирует студентов различных специальностей на учебно-трениговую работу студентов по дисциплине «Физическая культура», а также на самостоятельную подготовки

к Всероссийскому комплексу «ГТО» в ракурсе совершенствования деятельностного компонента физической культуры студентов;

- реализация специальных классификаций мобильных приложений для работы на мобильных устройствах по дисциплине: «Физическая культура» в аспекте развития когнитивного компонента физической культуры студентов.

Специфическими, личностно-развивающими условиями эффективности формирования физической культуры студентов являются:

- разработка системы обеспечения и управления педагогического процесса, построенного на основе определения следующих направлений и их результативности: управление самостоятельной деятельности обучающихся, система мониторинговых исследований, разработка методики и мобилизация ресурсов, а также информационно-аналитическое, научно-методическое, административное, материально-техническое и нормативно-правовое обеспечение;

- гуманизация профессиональной подготовки в вузе за счет актуализации возможностей формирования физической культуры студентов.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ

1.1. Историко-педагогический анализ научных предпосылок физической культуры личности

Возрастающие ценности жизни, укрепления, сохранения здоровья и физического развития, реализация человеческой индивидуальности все чаще рассматриваются как критерии социального прогресса общества. Человек будущего – это человек разумный, гуманный, творческий, всесторонне развитый, воплощающий идеал подлинного единства сущностных сил человека, его духовного и физического совершенства [480]. Это свидетельствует о чрезвычайной значимости роли формирования физической культуры в обществе.

В первой половине XXI века происходит закладка методологических и ценностно-гуманистических основ будущей физической культуры, приобретающей все более междисциплинарный характер. Формируется более содержательный философско-культурологический взгляд, требующий преодоления ограниченности методологических основ, связанных с развитием в ее сфере только двигательного начала в ущерб духовному и интеллектуальному, которые не дают значительных результатов в формировании физической культуры человека [74]. В связи с этим важно осознание человеком и обществом всего богатства этого социального явления, несущего огромный культурный потенциал.

Несмотря на становление и нарастающее развитие социального явления «физическая культура» со второй половины XIX до начала XXI вв., она не стала потребностью, ценностью, частью культуры большинства людей. На значительно низком уровне реализована она в ключевых сферах жизнедеятельности общества и человека, что не способствует в целом личному благополучию и профессиональному развитию людей. Объективная же тенденция изменения характера и содержания труда в настоящем и будущем требует приложения всей совокупности человеческих сил и способностей: физических, духовных и интеллектуальных. Это, в свою очередь, обуславливает необходимость обратить особое внимание на историко-педагогический анализ становления теоретико-методологических основ физической культуры со второй половины XIX века по настоящее время.

Попытки рассмотрения теоретико-методологических основ физической культуры начались со второй половины XIX века. В контексте исследования представляются весьма интересными воззрения П.И. Иванова. По его теории, здоровье есть физиологическое равновесие и высшая функция организма, заключающаяся в обеспечении душевной деятельности. Следовательно, по мнению автора, прогресс в развитии индивидов и общества в целом может быть лишь при условии сохранения равновесия между физическим и духовным развитием личности. Доктор медицины указал на обязательное изучение прикладных знаний анатомии, физиологии и гигиены для правильной подготовки специалистов, занимающихся физическим воспитанием детей [163, с. 156–160].

Свой вклад в развитие физической культуры внесли российские гигиенисты. Так, Д.Д. Бекарюков в своих исследованиях доказывал, что подростки, слабые физически, страдающие определенными болезнями или физическими недостатками, составляют существенную часть всего числа молодежи, и это имеет значительное влияние на их работоспособность и успешность занятий [34, с. 16–

18]. По учению Д. Д. Бекарюкова, занятие физической культурой может быть рассматриваемо как завершение всей системы физического образования, так как она имеет задачей развить умение наиболее целесообразно пользоваться мышцами и достигать точности даже самых сложных движений при наименьшей затрате сил [35, с. 363–373].

Антропометрические исследования Е.М. Дементьева показали, что возраст имеет приоритетное значение при развитии мышечной силы, так как отражается не только на абсолютных, но и на относительных величинах показателей силы. С помощью антропометрических исследований он выявил динамику развития силы человека, прогрессирующей в детском возрасте и регрессирующей в старости, а также отношение физической силы к антропометрическим данным [122, с. 175–180]. Известный медик, физиолог того времени Н.Ф. Гагман считал, что гимнастика, преподаваемая в учебных заведениях, нерациональна, так как построена без учета анатомо-физиологических особенностей подросткового организма. Физиолог обосновал феномен «гимнастика» как искусство применять всевозможные способы, содействующие правильному, симметричному развитию организма, принимая при этом во внимание возраст, силы и индивидуальные способности организма, подлежащего развитию [96, с. 7–8].

Следующая группа ученых второй половины XIX – начала XX века (П.Ф. Каптерев, Д.И. Писарев, К.Д. Ушинский и др.) полагала, что занятия физической культурой, представленной в то время гимнастикой, должны сопровождаться формированием в подростков духовных ценностей.

Выдающийся русский педагог К.Д. Ушинский считал, что педагогика – это не только наука о воспитании, но и искусство. Этому искусству он отводил роль, связанную с удовлетворением потребностей человека, со стремлением к усовершенствованию человеческой природы (его души и тела) [468, с. 26]. На первое место, по его представлениям, должно быть поставлено знание

анатомического строения тела человека и его физиологических систем [470, с. 22–23]. В своих размышлениях педагог указывает на необходимость синергетического развития в человеке телесного и духовного начал. Следует отметить, что этим педагогом впервые сделана попытка решения проблемы переутомления учащихся в школе [469, с. 300–310]. Следует отметить, что автор указывает на то, что занятия физической культурой в учебных заведениях должны проходить с приобщением молодежи к духовным и физическим ценностям, связанным с развитием духовности и укреплением здоровья.

В своих работах Д.И. Писарев затрагивал проблемы переутомления обучающихся и антигигиенической обстановки в учебных заведениях. Он предлагал подключить врачей к решению этих проблем в деятельности школы [346, с. 529]. Следует отметить, что педагог указывает на прямую зависимость развития в обучающихся интеллектуальных способностей с физическими. Проекты программ, по мнению Д.И. Писарева, должны состояться не только педагогами, но и в их подготовке должны принимать участие физиологи, медики и гигиенисты, которые обладают необходимыми сведениями о тех условиях, при которых сохраняется и укрепляется человеческое здоровье. [346, с. 530].

Видный педагог рассматриваемого периода П.Ф. Каптерев в своих научных трудах отмечал, что физические упражнения должны иметь исключительно гигиенические и оздоровительные задачи. По этому поводу он говорил: «Физические упражнения в школах должны служить по возможности отдыхом и даже удовольствием после умственного труда, и везде надо включать знания анатомии и физиологии, так как анатомия является главным основанием предлагаемых систем упражнений [186, с. 161]. Признавая за воспитанием важную роль в формировании личности, он писал, что «обдуманное искусное воспитание может довольно значительно повлиять на физическое и духовное усовершенствование личности, на образование умственных склонностей и

идеалов...» [187, с. 44]. Следует отметить, что педагог придавал важное значение саморазвитию личности, указывая на то, что как бы не был построен учебный процесс физической культуры в учебном заведении, обучающийся должен сам развивать в себе умственные, нравственные и физические способности. [301].

Воспитание в учащихся психического развития в сфере физической культуры, по мнению И.П. Павлова, Н.И. Пирогова и И.М. Сеченова, должно быть основой формирования физической культуры обучающихся. Русский анатом и хирург Н.И. Пирогов был основоположником нового направления в анатомии. По его мнению, для лучшего развития, например, «органов движения, кровоснабжения и дыхания», необходимо активизировать их функции, по возможности в различных направлениях [345, с. 10–14].

Отечественный анатом и физиолог И.М. Сеченов, изучив процессы кровообращения в кожных покровах и слизистой оболочке, указал на важность метеорологической закалки воздушными ваннами, воздействием солнечных лучей, приятием душа. Следует отметить, что исследования И.М. Сеченова сыграли большую роль в деле решения важнейших проблем физической культуры в производственной деятельности человека [403, с. 533–536]. Исследования Н.И. Пирогова и И.М. Сеченова, связанные с научным обоснованием влияния физических упражнений на человеческий организм, открыли путь к познанию общих закономерностей физического и психического развития человека.

Разработанная И.П. Павловым теория полностью опровергла идеалистические основы физиологии в то время. В его трудах обоснована взаимосвязь высшей нервной деятельности человека с образованием условных рефлексов [333, с. 415–425]. Работы И.П. Павлова по теории условных рефлексов сыграли значительную роль в становлении научных представлений о физической культуре.

В ходе исследований ученых обнаружилось, что занятия физической культурой в учебном заведении оказывают влияние на функционирование внутренних органов человека и его психических процессов, связанных с эмоциями, быстротой мыслительных процессов, волевыми качествами и т. п. По их мнению, в результате тренировок с использованием физических упражнений растёт выносливость организма, улучшаются быстрота и точность движений.

Следующее направление в теории и методологии физической культуры данного времени представляли П.Ф. Лесгафт со своими последователями, в том числе с В.В. Гориневским. Ученые указывали на то, что на занятиях физической культурой в первую очередь должны формироваться интеллектуально-познавательные способности.

П.Ф. Лесгафт исследовал физическое воспитание с точки зрения социальной роли физической культуры. Он был первым ученым в России, начавшим изучать процесс физического воспитания с помощью методов научного исследования. Им было создано особое педагогическое направление в этой области. Целью всякого воспитания, в том числе и физического, ученый считал подготовку человека к творческому труду, чтобы использовать свои силы с наименьшей тратой энергии для достижения наилучших результатов. П.Ф. Лесгафт отмечал: «Движения годятся лишь те, в которых можно себе отдавать ясный отчет, движения должны производиться на строго научных основаниях, и задача гимнастики — способствовать правильному развитию сил, форм и ловкости и противодействовать неправильностям и слабости развития мышц» [247, с. 79–81]. На основе изучения строения и развития отдельных органов человеческого организма им были предложены планы и программы физических упражнений и игр для каждого возраста, определены возрастные принципы и методика обучения на занятиях по физической культуре. Следует отметить, что созданная система физического образования П.Ф. Лесгафта отличалась от других систем в основном

принципами постепенности и последовательности, оправдавшими себя на практике и вошедшими в дальнейшем в отечественную систему физического воспитания [248].

В рамках культурологической проблематики в сфере физической культуры П.Ф. Лесгафт определил группу доминирующих ценностей, связанных с непосредственным воздействием физических упражнений на человека: физические (влияющие на его организм), духовные (влияющие на психическое и духовное развитие человека), обусловленные практической преобразовательной деятельностью как материальной, так и духовной направленности, и интеллектуальные (влияющие на интеллектуальное развитие личности), связанные с образованием в области физической культуры.

В.В. Гориневский, последователь П.Ф. Лесгафта, доказал необходимость выбора физических упражнений в соответствии с возрастом подростков на основании установленных научных биологических данных развития детского организма. Цель физического воспитания, по его идее, состояла в воспитании в человеке общечеловеческих и индивидуальных свойств и способностей, развитие в нем качеств и свойств, полезных для совместной жизни с другими людьми. Педагогическая гимнастика, по мнению ученого, должна преподавать экономику движений – выбор наиболее целесообразных движений, экономя свой труд [112, с. 2 –27].

В контексте исследования терминологии В.В. Гориневский дает следующее определение физическому воспитанию: «Это все то, что может дать человек своим детям в смысле ухода, гигиенической обстановки, забот о сохранении его сил, здоровья и крепости, словом, всего того, что как бы «впитывает в себя» ребенок из окружающей среды при некоторой заботливости о нем со стороны взрослых» [111, с. 10].

Особое место в развитии теоретико-методологических основ физической культуры принадлежит А.Д. Бутовскому, одному из идеологов внедрения занятий физической культуры в образовательные учреждения в качестве обязательной дисциплины [58]. По его мнению, физическое воспитание должно выполнять воспитательную функцию в подготовке молодого поколения к будущей военной службе. А.Д. Бутовский утверждал: «Человек должен заниматься телесными упражнениями с целью усовершенствования в физической работе и воспользоваться благотворным влиянием этой работы на организм» [59, с. 40].

Следует отметить, что А.Д. Бутовский придавал важное значение воспитанию в учащих психического развития. Военный указывал, что умение владеть ритмом произвольного движения и последовательными видоизменениями в характере движения составляет завершение физического образования личности [60; 59, с. 40–42].

Анализ становления теоретико-методологических основ физической культуры во второй половине XIX – начале XX века показал, что физическая культура способна оказывать всестороннее влияние на человека, его духовный и физический облик, всестороннее и гармоничное развитие. Теоретиками осуществлена попытка осознания физической культуры в системе культурных ценностей человека, их исследования дали новый толчок развитию биомеханики двигательных действий, открыли целостное системное их видение. Осознаваемая предметность двигательных действий стала объективным основанием для рассмотрения явлений перехода в предмет сущностных сил человека, а именно было положено начало изучению глубинных связей свойств личности, индивидуальности с теми действиями, которые она производит.

Научные взгляды во второй половине XIX – начале XX века актуальны и для решения современных проблем физической культуры. Они дают теоретико-методологическую базу для глубокого осмысления физической культуры в

культурологическом аспекте, взаимосвязи физических и духовных способностей человека. В целом идеи ведущих теоретиков дореволюционной России помогают в решении многих как теоретических, так и практических вопросов в сфере физической культуры [282].

Попытки детальной разработки методологических аспектов физической культуры начинают предприниматься после Первой мировой войны, в первые годы советской власти (Г.А. Дюперрон [136], Д.А. Крадман [215], Н.И. Подвойский [350], В.А. Стариков [430] и др.). Учеными в исследовании выявляются значительные потенциальные возможности в формировании гармонично развитой личности в физическом ракурсе.

Видный ученый Л.П. Матвеев определил и охарактеризовал три этапа в формировании и развитии научно-теоретических знаний о физической культуре в советской историографии. Первый этап: с 20-х до начала 40-х годов; второй – от 40-х до конца 60-х годов; третий – с начала 70-х годов [273; 274].

По методологии Л.П. Матвеева первый этап был связан со становлением идейно-теоретических принципов, программно-нормативных и общеметодических основ формирования физической культуры в социуме (А.А. Зикмунд [156], В.Е. Игнатьев [167] и др. В начале 30-х – начале 40-х годов появляются системные научные труды по психолого-педагогической характеристике явлений физического воспитания, физической культуры и спорта, их теоретико-методической характеристике [85; 272].

Значительный методологический труд в этот период – монография А.Д. Новикова «Средства и методы физического воспитания» и переработанное и дополненное издание «Физическое воспитание», посвященное вопросам о предмете, принципах, средствах, методике и формах организации занятий физическими упражнениями [320]. В монографии содержится актуальный материал методологического плана применительно к современной физической

культуре, связанный с осознанием сущности физических упражнений, определением роли физкультурной деятельности в формировании личности, с реализацией принципов всестороннего физического воспитания, профессионально-прикладной физической подготовки). В этот период также появляется научная работа В.В. Белинович, посвященная детальному анализу методических и технологических основ физической культуры [37].

Таким образом, в довоенный период были созданы предпосылки для завершения формирования основ советской системы физического воспитания и связанных с ней различных форм физкультурно-спортивной деятельности [300]. В свою очередь, осознание феномена «физическая культура» в данный период из цели и результата воспитания человека превращается в условие, средство и составную часть социалистического воспитания; развитие физических качеств в прикладном ракурсе [318].

Послереволюционный период положил начало совершенно новому типу физической культуры как по форме, так и по основному содержанию, что было связано с ее политизацией и, как следствие, исключением из сферы социализации подрастающего поколения, формирования личности занимающихся. Акцент делался на санитарно-гигиеническое, биологическое и педагогическое знание при чрезвычайно слабом развитии гуманитарных наук, отстранении психолого-педагогического знания от сферы физической культуры [85].

На втором этапе (от 40-х до конца 60-х годов) по периодизации Л.П. Матвеева вновь продолжилась разработка методологических основ физической культуры и спорта, связанная с повышением эффективности системы физического воспитания подрастающих поколений (Н.А. Бернштейн [43], Н.В. Зимкин [157], А.Н. Крестовников [221; 222], В.С. Фарфель [472] и др.). Общая теория физического воспитания в 50–60-е годы в связи с этим дополнилась системным исследовательским материалом и целостными обобщениями (В.В. Белинович

[36], П.И. Жуков [238], И.М. Коряковский [238], Г.И. Кукушкин [237], Л.П. Матвеев [272], А.Д. Новиков [321], Н.Г. Озолин [330], А.А. Тер-Ованесян [453] и др.), историческими аспектами исследуемой тематики (Д.А. Крадман [214], Г.Д. Харабуга [216; 450]). Появляются первые официальные учебники по предмету «Теория и методика физического воспитания» для высших и средних специальных заведений под редакцией Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова [448; 449], а также Г.Д. Харабуги [450].

В течение 50-х – 60-х годов были выполнены работы, раскрывающие теоретические и методические аспекты содержания основ физической культуры (Ю.В. Верхошанский [70], В.М. Дьячков [134], В.М. Зациорский [153] и др.). Также появилось докторское исследование А.Ц. Пуни [369], системно освещающее основы психологии спортивной тренировки и в целом спортивной деятельности.

Следует отметить, что комплекс обобщающих теоретико-методических знаний о физической культуре, концентрировавшихся ранее в рамках теории и методики физического воспитания, впервые оформляется в качестве самостоятельной учебной дисциплины [274]. Таким образом, можно констатировать, что выявленный этап проходил под доминированием разработки теоретических и методических основ физической культуры.

В этот период сохраняются прежние задачи физической культуры в обществе на основе формирования двигательных навыков и совершенствования физических качеств с целью подготовки к труду и обороне Родины [105]. В исследованиях акцентируется внимание на идейной сущности и отличительных чертах советской системы физической культуры [191].

Таким образом, при обосновании становления теоретико-методологических основ физической культуры с первых лет после Первой мировой войны и до 50-х – 60-х годов XX века в силу политизации акцент в большей мере смещался на

медико-биологический и педагогический аспекты знания, связанный с их прикладностью, развитием физических качеств, двигательных умений и навыков человека [317]. В исследованиях ведущих ученых были достигнуты достаточно высокие научные результаты, но это не позволяло в полной мере вскрыть целостную, культурологическую сущность физической культуры, в частности, связанную с развитием личностных характеристик занимающихся, их потребностно-мотивационной сферой, с ее ролью и в общей культуре [282].

На рубеже второго и третьего этапа по классификации Л.П. Матвеева активизируются исследования, направленные решение вопросов о влиянии физических упражнений на человека (Ю.А. Гагин [95], В.М. Зациорский [153], Н.В. Зимкин [157], А.Н. Крестовников [207], Б.А. Никитюк [314], Ф.В. Судзиловский [435], Э.А. Фактор [471], В.С. Фарфель [472], Н.Н. Яковлев [513]. В этот период происходит активизация исследований в медико-биологическом ракурсе знания в сфере физической культуры и спорта. В этом контексте следует отметить научные работы А.Г. Дембо, С.А. Душанина, Е.В. Земцовского, Ф.З. Меерсон по изучению различных аспектов спортивной медицины, в частности, влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую и дыхательную системы организма подрастающего поколения.

Третий этап в аспекте развития теоретико-методологических основ физической культуры (по периодизации Л.П. Матвеева) начинается с начала 70-х годов [274]. По мере развития физкультурного движения становилось все более очевидным, что ориентация только на теорию физической культуры не вполне соответствует потребностям целостного и всестороннего познания. На этом этапе начинается интенсивное осмысление физической культуры, помимо медико-биологического и педагогического аспектов знания, в психологическом, социологическом, теоретико-интегративном и философском аспектах. Именно данные направления являются основными при изучении человека, и

преимущественно в контексте их направлений проявляется исследование воздействий на него физических упражнений [15; 16]. В этот период отчетливо определилась идея о воспитании всесторонне и гармонично развитого человека средствами физической культуры (В.П. Выдрин [89; 90], И.И. Сулейманов [436] и др.). При этом, по мнению ученых, рационально организованный педагогический процесс в сфере физической культуры должен строиться с учетом данных как медико-биологического, так и дидактического и психологического планов, с целью создания лучших условий для раскрытия сущностного потенциала человека [368]. Г.Г. Наталов и Н.И. Пономарев в своих научных трудах того времени определяют, что непосредственно в педагогическом и психологическом контекстах целесообразно построенный процесс физического воспитания должен решать задачи умственного, эстетического, нравственного и других видов воспитания [305; 362]. Л.И. Лубышева [254] рассматривает огромный спектр вопросов как теоретико-методологического плана, так и педагогических технологий. Ей обоснованы основные концептуальные идеи гуманизации, демократизации, гармонизации, непрерывного развития содержания, интеллектуализации, а также связи духовного и физического развития, формирования осознанного отношения к освоению ценностей физической культуры [316].

Во второй половине XX века активизировалось осмысление физической культуры с философских и социологических позиций. С.С. Гурвич [118], О.А. Мильштейн [283], М.Д. Оробинский [332] и П.С. Степовой [432] ставят вопросы о важной роли методологии в осмыслении физической культуры, дающей исходные принципы ее рассмотрения. В этом контексте примечательна научная работа М.С. Кагана, где автор целостно осуществляет системный анализ человеческой деятельности, в том числе и двигательной составляющей с философских позиций [177].

В.К. Бальсевич [24; 25], Н.Н. Визитей [71; 72] и Ю.М. Николаев [219] осуществляют исследования в направлении соотношения биологического и социального в физической культуре, выявления места личности во взаимоотношениях с социумом, природой и культурой, осмысления ее социальной роли и влияния на формирование культуры. В контексте разработки морфологических основ физической культуры и спортивной тренировки появляются труды А.Б. Никитюка [313]. Следует отметить серию работ философско-социологического характера Н.А. Пономарева, посвященных анализу физической культуры как части общей культуры, закономерностях ее развития, важности духовных факторов в физической культуре [360; 361].

Резюмируя, можно сказать, что данный аспект знания является логическим продолжением основной тенденции развития научных основ знания в сфере формирования физической культуры, связанной с переходом в ее исследовании преимущественно от медико-биологического и педагогического аспектов к социологическому, психологическому, профессионально-интегративному и культурологическому аспектам.

На следующем этапе в конце XX – начале XXI века происходит закладка методологических основ физической культуры, как необходимой ступени к последующему, возможно, более глубокому пониманию физической культуры. Представляют особый интерес научные труды Ю.М. Николаева, в которых детально рассматриваются теоретико-методологические основы физической культуры с позиции понимания человека как целостности, приоритета духовности в процессе развития им своих физических способностей. В его исследованиях сделан акцент на необходимости осознания всего богатства физической культуры как социального явления, несущего необходимый культурный потенциал, намечены пути ее совершенствования в основных сферах жизнедеятельности современного человека и общества [315; 316].

На рубеже 80-х и начале 90-х годов XX века появляются докторские исследования, в которых проявляются подходы к модернизации физкультурного образования (Б.А. Ашмарин [451], В.М. Выдрин [91; 92], В.В. Приходько [367], В.А. Щеголев [500] и др.). В работах сделан акцент на раскрытии сущностных сил человека, активизации их на освоении ценностей физической культуры, на необходимости системного осмысления понятия физкультурного воспитания, а также интеграции медико-биологических и общественных наук в аспекте их гуманитаризации.

В этот период получают развитие ряд работ, посвященных методологическим вопросам социологии физической культуры (Ю.М. Николаев [316], Н.А. Пономарев [361], И.И. Сулейманов [436] и др.). В исследованиях проведена работа по систематизации и структуризации социальных функций физической культуры, по пониманию их реальной роли в жизни человека и общества.

В рамках профессионально-интегративного направления в сфере физической культуры делаются попытки исследования генезиса теоретического физкультурного знания, определения ее объектной и предметной области, ведущих компонентов, понятийного аппарата, структуры и методологических аспектов формирования теории физической культуры (В.К. Бальсевич [25; 26], М.Я. Виленский [76], А.П. Матвеев [271], В.Н. Соловьев [424] и др.). Авторы отмечают важность интеграционного аспекта, который предоставляет возможность реализовать данные многих естественных и социальных наук при построении теоретико-методологических основ физической культуры [316].

Следует отметить работу В.А. Петькова, посвященную разработке научно-теоретических основ формирования физической культуры в системе непрерывного образования. Автор в контексте культурологического аспекта теоретических основ физической культуры рассматривает данный феномен не

только как личностное качество человека, но и как неотъемлемую часть структуры системы образования, определяющую ее культурное пространство, выполняющую культуросозидающие образовательные, воспитательные и развивающие функции, истемообразующим фактором которой является принцип целостности [344].

В своих исследованиях И.М. Быховская [62], Л.И. Лубышева [255] и В.В. Приходько [367] определяют интегративный и синергетический подходы к пониманию физической культуры с позиций общей культуры, идейности и духовности. В центр культуросообразного процесса, по их мнению, должен быть поставлен человек с его потребностями, способностями и ценностными ориентациями. Следует отметить, что в связи с прогрессивным развитием общества, происходящим под влиянием научно-технической революции, возрастает значимость общекультурного развития личности. Физическая культура, помимо выявления ее двигательного и образовательного компонента, начинает интенсивно исследоваться и в других теоретических аспектах, а именно в развитии творческих способностей, креативности личности [317]. Она начинает исследоваться учеными во взаимосвязи с общей теорией культуры, что раскрывает детерминированный характер этих связей, ликвидируется ее оторванность от исследований общекультурного контекста (Г.П. Выжлецов [93], П.М. Китаев [194], Л.К. Круглова [225] и др.). Актуализируются исследования основ физической культуры в культурологическом аспекте (И.М. Быховская [63], Н.Н. Визитей [72], М.Я. Виленский [75] и др.), в которых осмысливается внутренний механизм приобщения личности к ценностям физической культуры.

Продолжаются научные исследования, посвященные целостному и системному представлению культурологического аспекта формирования физической культуры молодежи. Обоснование сущностных характеристик культуры в контексте исследования формирования физической культуры

приобретает особую важность, так как дает возможность на основе принципа системности детально изучить исследуемый феномен, чтобы наиболее полно осмыслить ее интегративную сущность.

В целом в данный период ведущие специалисты в области физической культуры занимаются разработкой компонентов физической культуры, интегрированных в единстве мировоззренческой, интеллектуальной и телесной составляющих (М.Я. Виленский [77], А.П. Матвеев [270], Г.М. Соловьев [426] и др.). Ученые отмечают, что одним из основных выигрышных путей, направленных на обеспечение необходимого уровня образованности обучающихся в сфере физического воспитания, является целостное накопление системных знаний в качестве фундамента формирования физической культуры [318].

Необходимо отметить докторское исследование В.А. Баранова, появившиеся в рассматриваемый период. Данное социально-философское исследование посвящено анализу теоретико-методологических, онтологических, аксиологических и предметно-практических проблем физической культуры как системы ценностей, норм бытия, обеспечивающих качество жизни и развитие личности в условиях современной российской реальности [28].

Во многих трудах современности в ракурсе исследуемого феномена подчеркивается взаимосвязь при формировании культуры здоровья, здорового образа жизни и физической культуры (Н.Н. Малярчук [262], Т.Н. Семенкова [393], В.Н. Соловьев [423], В.В. Становов [429] и др.). Разработаны концептуальные основы формирования физической культуры личности (С.С. Аганов [4], Н.В. Барышева [30], Т.В. Скобликова [409] и др.), которые реализованы на обоснованных принципах, закономерностях и тенденциях. Анализу теоретических основ формирования физкультурного тезауруса у студентов, представления его как информационно-знаниевого, понятийного

основания физической культуры посвящена научная работа А.А. Никитиной [312]. За последнее десятилетие появился ряд научных работ, посвященных детальному теоретико-методологическому анализу физической культуры обучающихся в различных высших учебных заведениях (Л.Н. Акулова [8], Ю.И. Евсеев [141], В.Ю. Карпов [188], Ю.П. Кобяков [197], И.Е. Коновалов [209], А.В. Лотоненко [252], В.Б. Мандриков [264], И.С. Сырвачева [443], В.Г. Шилько [504], М.М. Эбзеев [508], Г.А. Ямалетдинова [515] и др.).

В начале XXI века появляются работы, посвященные постановке и решению теоретико-методологических и научно-методических проблем совершенствования процесса физической культуры студентов для подготовки их как будущих специалистов в условиях информатизации образования (П.К. Петров [342], М.М. Чубаров [493] и др.). Информационная составляющая педагогических основ физической культуры предусматривает массовое использование медиатехнологий, создание информационных систем, программ обучения, контроля и коррекции (П.В. Суханов [438]), в целом позволяющих эффективно осуществлять управление педагогическими процессами в сфере формирования физической культуры.

По мнению Ю.Д. Железняка [145; 146], В.В. Зайцевой [149], П.К. Петрова [341] и И.В. Роберт [378], традиционное программно-методическое обеспечение учебного процесса по физическому воспитанию не позволяет системно и полноценно формировать физическую культуру современного студента в вузе. Для этого необходимо включать в учебный процесс не просто новые технические средства, а новые образовательно-воспитательные технологии, включая мобильные, направленные на решение собственно образовательно-воспитательных задач. Следует отметить, что несмотря на значительные потенциальные возможности современных информационных технологий в

процессе физического воспитания в вузе они еще не нашли должного применения в формировании физической культуры обучающихся.

Анализ выявленных аспектов теоретико-методологических основ физической культуры показывает, что в каждом из этих направлений исследования имеются значительные достижения. Следует указать, что во втором десятилетии XXI века прослеживается тенденция к преодолению изоляции этих аспектов при изучении и разработке основ физической культуры, что содействует целостному и системному пониманию феномена «физическая культура обучающегося». Это явилось следствием исторически сложившегося, с годами преодолевающегося независимого развития медико-биологических и социально-гуманитарных наук о человеке, что, в свою очередь, содействует ликвидации трудностей в преодолении их разобщенности при решении междисциплинарных задач в современной науке, где физической культуре отведено одно из ключевых мест.

Таким образом, анализ осуществленного комплексного изучения формирования физической культуры обучающегося в первую очередь предполагал аналитическое представление ее исторического становления, обеспечив адекватное понимание современного состояния проблемы и научно обоснованное определение дальнейших перспектив ее решения. Воспользовавшись методом периодизации, позволяющим проанализировать состояние проблемы в ее генезисе, мы рассмотрели историографию формирования физической культуры в отечественной науке. Системный исторический экскурс на основе анализа научной литературы и диссертационных исследований позволил условно выделить три периода развития проблемы формирования физической культуры обучающихся:

- 1) Период зарождения (вторая половина XIX – начало XX века), характеризующийся появлением на феноменологическом уровне первых

теоретических идей о физической культуре, основывающихся на единстве физического и духовного развития человека, многообразном влиянии физической культуры на все стороны жизни, взаимосвязи ее с духовной культурой, однако следует отметить, что в основном они носили фрагментарный характер, а также частично проявляются медико-биологические аспекты изучения физической культуры.

2) Период становления (первая половина XX – конец XX века) – период целенаправленной и систематической разработки отдельных вопросов, связанных с формированием физической культуры в контексте единства и синергии мировоззренческого, интеллектуального и двигательного компонентов, начинает проявляться переход от медико-биологических аспектов ее изучения к педагогическим, психологическим и философским направлениям знания.

3) Период интеграции (конец XX века – до настоящего времени) научных достижений исследователей, связанных непосредственно с комплексным изучением и разработкой научных основ изучения физической культуры во взаимосвязи между общей теорией культуры и физической культурой, понимания физической культуры как единства и взаимообусловленности не только мировоззренческого, интеллектуального и двигательного, но и социального компонента посредством усвоения опыта физкультурной деятельности на основе интеграции учебных дисциплин, на данном этапе доминируют культуроведческие, профессионально-интегративные и социологические аспекты знания.

Анализ генезиса развития проблемы формирования физической культуры, показывает, что имеет место четко выраженная тенденция: комплексность, которая проявляется в переходе от медико-биологических аспектов ее изучения к педагогическим, психологическим, философским, а на последнем этапе к социологическим, профессионально-интегративным и культуроведческим. От

периода зарождения к этапу интеграции определяется взаимообусловленность развития физической, духовной и интеллектуальной культур человека, с десятилетиями при определяющей роли последней. Решающее значение начинает приобретать взаимосвязь разнообразных аспектов формирования физической культуры в достаточно целостные теоретико-интегративные концепции, в основе которых лежит междисциплинарная взаимосвязь различных отраслей знания, располагающих индивидуальным понятийным аппаратом. В этом аспекте особенно важным является использование взаимообусловленности между основами общей теории культуры и физической культурой, где четко проявляется направленность физического воспитания молодёжи, реализуемой через включение их в оздоровительную, спортивную деятельность, на формирование их физической культуры как неотъемлемой части, грани общей профессиональной культуры, и как базового, универсального профессионально-личностного качества будущего специалиста.

1.2. Категориальное поле исследования проблемы формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения

В качестве первого шага в изучении особенностей определенных процессов и явлений часто избирается исследование особенностей трактовки и содержания тех базовых понятий, которые в наибольшей степени отражают сущность исследуемого феномена. Такой шаг вполне логичен и даже закономерен, если использовать обоснованную логическую формулу Р. Декарта, основанную на постулате: «Определите значение слов, и вы избавите человечество от половины заблуждений». Продолжая развивать эту идею, можно утверждать: «Определите значение основных базовых понятий рассматриваемой проблемы, и вы как минимум вдвое устраните имеющиеся противоречия» [463].

В результате изучения теоретических аспектов исследуемой проблемы были определены понятия, отражающие основные, сущностные характеристики концепции формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

В целом категория «физическая культура» является неотъемлемой составной частью культуры личности и общества. Однако многие вопросы этой тематики, в частности, в контексте физкультурного тезауруса, все еще остаются дискуссионными и мало разработанными. Обоснование сущностных характеристик культуры в контексте исследования физической культуры приобретает особую важность, так как дает возможность наиболее полно осмыслить ее интегративную сущность.

Известно, что в иерархии понятий в области физической культуры базовым является понятие «физическая культура». В настоящее время имеется более трех десятков различных детальных толкований этого понятия. Трудно назвать эту ситуацию положительной, так как чем больше дефиниций сути одного и того же явления, тем больше разногласий, которые затрудняют как формулирование целей деятельности человека в этой сфере, так и их достижение [317].

В связи с отмеченным полагаем, что будет особенно значимым определить фундаментальную основу понятия «физическая культура», которой является понятие «культура». В аспекте целостного понимания данной дефиниции определим две составляющие: первая – культура как совокупность достижений человеческого общества в производственной, общественной и духовной жизни, вторая – культура как просвещенность, образованность, начитанность. Слово «культура» происходит от латинского «cultura», в первоначальном значении понималось как «возделывание почвы, ее культивирование», а в дальнейшем как «преобразовательная деятельность человека и общества и результаты их деятельности» [325, с. 20]. Термин «культура» употребляется в современном

научном обиходе для обозначения таких весьма разнообразных по объему и содержанию понятий, как совокупность созданных человеком материальных и духовных ценностей, совокупность человеческой деятельности, ее способы и результаты, творчество, духовная жизнь общества, качество общества и человека и т. д. Все это свидетельствует о том, что культура – это сложное социальное явление [318].

Следует отметить понимание феномена «культура» с философской точки зрения. В этом контексте под культурой понимается исторически определенный уровень развития общества, творческих сил и способностей человека, выраженный в типах и формах организации жизни и деятельности людей, в их взаимоотношениях, а также в создаваемых ими материальных и духовных ценностях. В свою очередь, выявлено несколько уровней анализа культуры: культура общества, культура социальных групп и культура отдельного человека [479].

Специфическая сущность культуры и ее содержание раскрываются через различные концептуальные направления: деятельностное (в котором человеческая деятельность рассматривается как важнейший фактор возникновения и развития культуры, в результате чего человек включается в предметную область ее изучения), предметно-ценностное (культура представляет собой совокупность материальных и духовных ценностей, созданных и создаваемых людьми), концепции культуры как системообразующей подсистемы общества (где она рассматривается как функция конкретной социальной системы) и др. [144; 466]. Продолжая дискуссию в контексте системного анализа, следует также показать феномен «культура» с позиций различных взаимообусловленных категорий:

- аксиологическая (культура как выражение духовных ценностей и нравственных норм обучающегося);

- деятельностная (культура – совокупность способов человеческой деятельности с позиции рассмотрения как высшего уровня овладения определенной деятельностью);

- личностная (культура как актуализация социальной природы личности, способ ее движения в социально-временном пространстве, с одной стороны, с другой – как система ее качеств и характеристик, важных для реализации отношений человека к окружающей действительности и к своим телесным и духовным потребностям) [275, с. 39].

В настоящее время осознание дефиниции «культура» характеризуется преодолением фрагментарного изучения культурных явлений и связано с их системным интегративным рассмотрением, обращением к личности, которая рассматривается с позиции целостности и многомерности как интегративной системы. Представленные взгляды находят все большее отражение и применительно к формированию физической культуры личности [228]. В связи с этим становится все более очевидным необходимость переосмысления сущности физической культуры как вида общей культуры, что обусловлено ее богатым культуросообразным содержанием.

Для исследования представляет интерес понимание феномена «культура здоровья», так как эта дефиниция тесно связана с «физической культурой» и помогает системно рассмотреть интересующий нас термин. В научном труде В.Н. Соловьева подчеркнуто автором: «Культура здоровья – это интегративное личностное образование, являющееся выражением гармоничности, богатства и целостности личности, универсальности ее связей с окружающим миром и людьми, а также способностью к творческой и активной жизнедеятельности» [425].

З.И. Тюмасева и Л.А. Волошина определяют «культуру здоровья» как составляющую общей культуры человека, которая характеризуется ценностным

отношением человека к своему здоровью, практическим воплощением потребности вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье и здоровье окружающих. В своих научных исследованиях Н.Н. Малярчук показывает культуру здоровья в контексте совокупности системы знаний, ценностно-смысловых установок, эмоционально-волевого опыта и практической деятельности личности, которая направлена на самопознание, саморазвитие и самосовершенствование индивидуального здоровья, необходимого для качественной жизни, продуктивного долголетия человека, выполнения жизненной миссии [262, с. 20].

Термин «культура» употребляется в современном научном обиходе для таких весьма разнообразных по объему и содержанию понятий, как совокупность созданных материальных и духовных ценностей, искусственная природа, совокупность человеческой деятельности, способы и результаты деятельности, качественная характеристика жизни, творческая деятельность, общество в целом, духовная жизнь общества и его качество, качество человека и т. д. Одной из важнейших особенностей культуры является воспроизводство человека во всей целостности и всесторонности своего общественного существования, ее человеко-творческий характер. При этом личность интегрируется с культурой в трех важнейших ипостасях: усваивает культуру, являясь объектом культурного воздействия; функционирует в культурной среде как носитель культурных ценностей; формирует культуру, являясь субъектом культурного творчества [337, с. 18].

Продолжая конкретизацию тезаруса исследования, следует отметить дефиницию «формирование культуры студента», которое понимается нами как процесс ее развития и становления под влиянием таких внешних воздействий, как социальная среда и специально организованное и управляемое воспитание и обучение в образовательном пространстве [325, с. 47].

Таким образом, формирование культуры в целом можно представить как единство освоения предшествующей культуры и социализации, выраженной в созидании новых культурных ценностей. Анализ теоретических аспектов культуры выступает в качестве теоретико-методологической базы, дающей возможность более системно осмыслить физическую культуру в культурологическом аспекте, создать более полное, интегративное и целостное представление о ней, как о важном виде культуры человека и общества.

В свою очередь, понятие «культура личности обучающегося» тесно связано с дефиницией «всестороннее гармоничное развитие», чаще всего рассматривается как определенный идеал. В этой связи можно согласиться с С.С. Мачеевич, отмечающей, с одной стороны, широту раскрытия особенностей гармонически развитой личности, с другой – интеграцию ее формирования с общекультурными процессами, с раскрытием представленного выше понятия, которое на сегодняшний день выступает иногда как базовое определение. По мнению автора, это результат творческой, внутренней, духовной ее деятельности, преобразования внешних образов, текстов и ценностей в неповторимый мир личности. Она определяется и как характер, уровень индивидуального освоения человеком прошлых и современных актуальных ценностей, а также как степень его активности и оригинальности в совершенствовании внутреннего духовного мира. В этом аспекте процесс формирования культуры всегда индивидуален и неповторим. Свободное созидание самого себя и окружающего мира является наиболее существенной чертой человеческой культуры [277].

Для целостного понимания феномена «формирование культуры» нами был изучен ряд докторских диссертационных исследований, в которых с различных ракурсов и аспектов определяется данная дефиниция (И.А. Бобыкина [48], И.В. Брызгалов [56], А.Н. Григорьев [115], М.Л. Груздева [117], И.Г. Долинина [131], Л.В. Елагина [142], О.В. Еремкина [143], В.Л. Крайник [219], Н.В. Курилович

[240], Н.Г. Маркова [268], Е.Г. Матвиевская [276], М.И. Ситникова [405], Л.А. Филимонюк [478], Н.В. Чигиринская [490], А.М. Якупов А [514]). В результате анализа этого явления было выявлено, что понимание его представлено в работах:

- как процесс формирования по обеспечению качественно нового уровня специальной подготовки, в том числе и профессиональной подготовки в вузе;
- как признанная значимая составляющая в структуре личности и профессиональной деятельности будущего специалиста;
- как интегративная качественная характеристика личности специалиста, представляющая собой сложную динамическую систему профессионально важных качеств и свойств личности, определяющих успешность исполнения специалистом своих должностных обязанностей;
- как системообразующий и культуuroобразующий компонент содержания образования в ракурсе культурологического и системного подходов.

Также следует отметить, что дефиниция «формирование» в нашем исследовании понимается как процесс становления человека как социального существа на основе нравственных, духовных, мировоззренческих, физиологических, когнитивных и психических изменений в различных сферах жизнедеятельности человека, обусловленных влиянием внешних и внутренних, управляемых и неуправляемых факторов [337, с. 18; 351, с. 17].

Включение в научный оборот понятия «физическая культура» имело важное познавательное значение, так как новый термин отражал существенную целостность и богатство самого явления, устанавливал прямую зависимость его от всей духовной и материальной культуры. В современный период в связи с широтой понимания феномена «физической культуры» имеются различные подходы к выявлению его сущности и компонентного состава. С позиции системного подхода различные представления о физической культуре необходимо

рассматривать в единой взаимосвязи, что дает возможность сформировать более интегративное представление о его сущности.

Физическая культура трактуется в современной педагогической науке как часть образа жизни человека, область культуры, деятельность, явление, педагогический процесс и учебный предмет.

В законодательной базе по развитию физической культуры и спорта дефиниция «физическая культура» представлена как составная часть культуры, область социальной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования его двигательной активности [152, с. 59].

В федеральном компоненте государственного образовательного стандарта термин «физическая культура» обозначен как совокупность специальных средств, методов и условий направленного развития физической дееспособности, а также результат их применения, который выражается в присвоении конкретным индивидам образцов физической культуры и в овладении способами и техниками работы над своим психофизическим состоянием (телесностью, физическими кондициями) [473, с. 8].

В.В. Воронов понимает под физической культурой часть образа жизни человека и систему сохранения его здоровья и спортивной деятельности. Б.Т. Лихачев дополняет определение: «Физическая культура – система специальных упражнений и спортивной деятельности» [86, с. 54].

И.Г. Бердников [42], И.М. Быховская [62], В.Ю. Волков [83], И.И. Должиков [130], А.П. Евгеньева [137], В.И. Загоруйко [83], В.А. Ивонин [165], В.И. Ильнич [171], А.Ю. Коджаспиров [198], Г.М. Коджаспирова [198], М.И. Кондаков [206], А.В. Маглеванный [42], А.П. Матвеев [270], Л.П. Матвеев [272], Ю.М. Николаев [317], К.В. Рубчевский [388], В.Н. Соловьев [425], А.В. Царик [485] трактуют

анализируемый нами термин как область культуры, направленную на гармоническое развитие личности.

Как часть культуры общества, совокупность достижений общества в создании и использовании специальных средств физического совершенства народа понимают физическую культуру И.И. Должиков [130, с. 26], Л.П. Матвеев [272], А.В. Царик [485, с. 17–18]. В.А. Ивонин и М.И. Кондаков в энциклопедическом словаре содержательно дополнили определение «физическая культура» как систему физического воспитания, специальные научные знания по анатомии, психологии и другим областям, развитие спорта и достижения в нем [206, с. 407–408]. К.В. Рубчевский показал определение «физическая культура» в контексте феномена единства развития в человеке физического и духовного, единства формирования культуры движений и культуры тела [388, с. 37].

Л.П. Матвеев уточнил понятие: «Физическая культура – одно из эффективных средств всестороннего, гармоничного развития личности, действенный социальный фактор продвижения каждого человека по пути физического совершенствования и совокупность достижений общества в создании специальных средств, методов и условий направленного развития физической дееспособности подрастающих и взрослых поколений» [272, с. 12–13].

В.Н. Соловьев в своем научном исследовании акцентирует внимание на взаимосвязи интересующего нас феномена с личностной стороной обучающихся. По его определению, физическая культура в качестве составляющей общечеловеческой культуры играет существенную роль в формировании ценностных ориентиров студентов, социализации их в обществе. Физическую культуру, по его воззрениям, необходимо рассматривать в качестве: одного из решающих факторов социализации личности студента; составляющую

образованности личности; вида духовно-нравственного производства общества; формы познания индивидуумом окружающего мира и самого себя [425, с. 47].

Ю.И. Евсеев [141], В.В. Кислицын, Н.В. Решетников [376, с. 4–5], А.Н. Сальников [389, с. 3–4], В.В. Столбов понимают интересующий нас термин как человеческую деятельность. В свою очередь, Ю.И. Евсеев и В.В. Столбов определили физическую культуру как творческую и креативную деятельность.

С точки зрения Ю.И. Евсеева, физическая культура – это часть общей культуры человечества, которая представляет собой творческую деятельность по освоению прошлых и созданию новых ценностей преимущественно в сфере физического развития оздоровления и воспитания людей [141, с. 5]. В учебнике по истории физической культуры Ласло Куна под редакцией В.В. Столбова термин «физическая культура» описывается, как часть материальной и духовной деятельности или ее продукт, как творческая деятельность человечества, находящаяся в тесной взаимосвязи с историей общества, а также как противоречивое единство этой деятельности и ее результатов, которое непосредственно выражается в совершенствовании двигательных способностей человека [239, с. 21].

Н.К. Коробейников, А.А. Михеев, Н.Г. Николенко трактуют физическую культуру как социальную деятельность, направленную на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека и использование их в соответствии с потребностями общественной практики [211, с. 6]. В свою очередь, А.А. Тер-Ованесян понимает анализируемый нами термин как деятельность, направленную на решение задач физического воспитания путем сочетания спортивных и гимнастических упражнений, игр и туристических мероприятий [452, с. 4]. В своем исследовании Л.П. Крившенко конкретизировал понятие «физическая культура» как одну из ценностей общества, комплекс представлений об идеале, гармонически развитом человеке, знание о единстве тела и духа, как систему

деятельности по сохранению здоровья, развитию духовных и физических сил [337, с. 123].

Б.С. Кузьмак и А.А. Осинцев [230] дополнили трактовку и показали понятие «физическая культура» как исторически обусловленное социальное явление, ее содержание, цели, задачи, формы организации и методы использования подчинены общим закономерностям общественного развития и полностью зависят от характера общественных отношений [230, с. 9]. Ю.М. Николаев выявил, что физическая культура – это многогранное, многоплановое явление, основным объектом ее воздействия является человек, формирование социального человека – существенный фактор в социальной политике государства [318, с. 92].

И.И. Должиков [130], И.А. Каиров [179], Ю.Л. Кислицын [376], Н.В. Красильников [220], Б.И. Мишин [286], Н.В. Решетников [376] и В.А. Сластенин [411] трактуют физическую культуру как учебную дисциплину.

Как учебный предмет, решающий образовательные задачи, понимают интересующий нас термин Н.В. Красильников и Б.П. Мишин. В своих исследованиях Б.П. Мишин расширил обсуждаемое нами определение в ракурсе образовательной области, представленной в образовательных учреждениях учебной дисциплиной и важнейшим базовым компонентом формирования целостного развития личности учащихся. Также этот педагог включил в понятие обязательный раздел гуманитарного компонента образования, способствующий гармонизации телесного и духовного единства учащихся, формированию у них таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие [86, с. 99–100].

И.И. Должиков, Ю.Л. Кислицын, И.А. Каиров и Н.В. Решетников определили физическую культуру как учебный предмет, решающий воспитательные задачи. Дополняя определение, главные редакторы педагогической энциклопедии И.А. Каиров и Ф.Н. Петров трактуют изучаемое

понятие как урок, в школе способствующий физическому развитию и совершенствованию учащихся с целью их подготовки к общественно полезному труду, к жизни, к защите Родины [179, с. 487].

Вступая в дискуссию, В.А. Сластенин [410; 412] показывает термин «физическая культура» как учебный предмет, решающий оздоровительные и рекреационные задачи. Ученый дополнил понятие и включил в физическую культуру систему занятий, имеющих целью разностороннее физическое развитие учащихся, укрепление их здоровья, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков, подготовку к производственному труду.

Физическую культуру как педагогический организованный процесс передачи и усвоения ценностей физической культуры в рамках системы «образование –воспитание» рассмотрел в своем исследовании Л.П. Матвеев. В.Ю. Волков и В.И. Загоруйко интересующий нас термин прослеживают через совокупность ценностей: идеи и научные знания о закономерностях психофизического совершенствования человека; специфические средства и оздоровительные силы природы, условия применения этих знаний и средств, позитивные результаты (общий уровень физического развития и подготовленности людей, спортивные рекорды, достижения и др.) [83, с. 16].

Таким образом, в современной педагогической науке понятие «физическая культура» трактуется педагогами как область и органическая часть культуры личности и общества, социальное явление, учебный предмет, т. е. накопленное в процессе жизнедеятельности человечеством достояние, содержащее в себе: часть образа жизни людей, общественную и человеческую деятельность, совокупность материальных и духовных ценностей, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей. Из этого широкого понимания совершенно очевидно, что физическая культура является одной из основных производных общенациональной культуры [300].

Из детального анализа понимания феномена «физическая культура» выявляется тенденция к прикладной интерпретации классических трактовок понятий из сферы физической культуры. Это, безусловно, способствует осмысленному индивидуальному выбору цели, например, в занятиях физическими упражнениями, овладению способами познания, созданию индивидуальных технологий самосовершенствования в постижении и приумножении ценностей физической культуры. Так, физическая культура в контексте прикладной составляющей является элементом культуры, специфическое содержание которой составляет рационально организованная систематическая двигательная активность, используемая человеком для оптимизации функционального состояния своего организма.

Суть сущностной основы понятия «физическая культура студента» в соответствии с содержанием понятия «физическая культура» базируется на материальных и духовных фундаментах. Исходя из этого концептуальным ядром физической культуры как явления и части человеческой культуры является формирование физической культуры на основе единства и положительной взаимосвязи биологического и социального в человеке, материального (двигательного) и духовного (интеллектуального).

Взаимодействию социального и биологического в физической культуре уделяется в настоящее время особое внимание в различных научных исследованиях (В.К. Бальсевич [26], И.М. Быховская [62], М.С. Каган [175; 176], Л.И. Лубышева [256]. Проблему формирования физической культуры, как отмечается в современных исследованиях, можно плодотворно решать только на основе идеи единства, взаимообусловленности и синергии категории социального и биологического к процессу освоения и реализации человеком ценностей физической культуры [63; 318].

В соответствии с приоритетом духовной стороны в понимании культуры, по мнению С.С. Мачеевич, а именно как результата внутренней, духовной и творческой ее деятельности по преобразованию внешних образов и ценностей в индивидуальный мир личности, можно определить понимание физической культуры как триединства ее компонентов: аксиологического, когнитивного и потребностного [277].

На формирование последнего, обозначенного выше компонента, а именно воспитание потребностей, делает особый акцент в своих научных исследованиях В.Н. Соловьев. По его мнению, воспитание потребностей (биосоциальных и социально-психологических) является одной из центральных задач формирования культуры личности: сохранение здоровья, отдых, релаксация, потребность в движении, общение, самоактуализация, самоутверждение, престижность, общественная значимость, активность, сопереживание и др. [425].

Еще более концептуально и системно говорят об этом В.К. Бальсевич и Л.И. Лубышева, которые под формированием физической культуры понимают активное воздействие не только на физические способности человека, а именно на его телесную составляющую, но и на его чувства и сознание, психику и интеллект, что в целом обеспечивает формирование социальных и психологических проявлений, выраженных в мотивационно-ценностном отношении, ориентированности интереса и потребности в физкультурной деятельности и здоровом образе и стиле жизни [25].

Таким образом, можно заключить, что формирование физической культуры, по определению авторов, тесно связано с воздействием на все выявленные ее структурные компоненты. В результате изучения теоретических аспектов исследуемой проблемы с позиции культурологического и системно-деятельностного подходов были определены понятия, отражающие основные,

сущностные характеристики концепции формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Культура – совокупность созданных человеком материальных и духовных ценностей, творческой деятельности, совокупность человеческой деятельности и уровень информационного состояния отдельного человека, благодаря которому возможно существование социальной организации в обществе.

Физическая культура – часть общей культуры, процесс и результат человеческой деятельности, накопленное в процессе жизнедеятельности человечеством достояние, содержащее в себе: часть образа жизни людей, общественную и человеческую деятельность, совокупность материальных и духовных ценностей, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей.

Физическая культура студента – интегративное личностное образование, характеризующееся комплексом трех взаимосвязанных компонентов, которые формируются на основе физкультурной деятельности: «физическая» – деятельностный (телесный) компонент; «культура» – мотивационный (мировоззренческий) компонент; «студента» – когнитивный (интеллектуальный) компонент.

Для полноценного понимания феномена «формирование физической культуры» необходим детальный анализ феномена «физкультурная деятельность», на основе которого осуществляется выявленный в исследовании процесс формирования.

Под деятельностью понимается активное взаимодействие с окружающей действительностью, в ходе которого личность выступает как субъект, целенаправленно воздействующий на объект и удовлетворяющий, таким образом, свои потребности. Понимание «деятельность» включает в себя не только биологическую и физическую стороны жизнедеятельности человека, но и его

духовную и социокультурную специфическую деятельности. Дефиниция охватывает существенное многообразие форм и видов человеческой деятельности, как практической, так и теоретической, направленных на осуществление как материально-практических, так и интеллектуальных и духовных операций. При этом человеческая деятельность, создаваемая в социуме, определяется не только биологически заданными, но и исторически выработанными социокультурными нормами [165].

В основе формирования физической культуры находится двигательная деятельность человека на основе реализации физических упражнений, направленных на развитие и сохранение физических и духовных сил. В процессе ее решаются разнообразные задачи, связанные с физиологическими, медико-биологическими, психологическими, педагогическими, нравственными воздействиями на человека. В этом аспекте проявляется переход от физических упражнений как основного средства физического воспитания к физкультурной деятельности и ее видам.

Физкультурная деятельность в этом ракурсе является основанием, определяющим формирование физической культуры человека в ее телесно-духовном единстве, объединяющей ее различные формы, средства и элементы. В процессе физкультурной деятельности формируется личность в культурном контексте, так как реальным содержанием культуры, в том числе и физической, является ее совершенствование совместно с образующими его потребностями и способностями. Следует отметить, что в данной деятельности, основанной на двигательной, проявляется единство человека как биологического, социального и культурного существа, являющегося основой для интеграции общественного и естественного познания в сфере формирования физической культуры.

Также следует остановиться на второй составляющей физкультурной деятельности, а именно духовной (или интеллектуальной). Физкультурная

деятельность, являясь одним из видов человеческой деятельности, связана с культивированием личности и развитием социальных отношений, носящей в целом социально-культурный характер. В ней имеет место актуализация духовности как целостности внутреннего мира личности в процессе формирования его физических кондиций. В различных видах физкультурной деятельности особенным будет потребностно-мотивационная составляющая, следовательно, и их духовная сторона совместно с социальным статусом личности [283]. На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что развитие двигательных возможностей человека неотделимо от развития его внутренних личностных качеств и интеллектуальной стороны.

Таким образом, можно заключить, что в физкультурной деятельности проявляется единство человека как биологического, социального и культурного существа. Итак, *физкультурная деятельность* – это двигательная и интеллектуальная деятельность, основанная на воздействии телесного и духовного начал человека, направленная на формирование физической культуры обучающегося.

Все вышеизложенное позволяет утверждать, что в центре формирования физической культуры находится двигательная и интеллектуальная деятельность. Следует отметить, что двигательная составляющая основывается на воздействии на человека с помощью физических упражнений, в свою очередь, на интеллектуальную составляющую оказывают влияние упражнения интеллектуального характера.

В нашем исследовании в контексте изучения феноменов «формирование физической культуры» и «физкультурная деятельность», основанная на интеллектуальной и двигательной составляющих, выявлено явление «мобильное обучение» как системообразующий компонент взаимодействия этих феноменов,

отвечающий запросам времени, реализуемый на идеях педагогики мобильного обучения.

В аспекте изучения феномена «мобильное обучение» необходимо обратиться к исследованиям В.А. Куклева [233]. Ученый отмечает, что мобильное обучение включает в себя систему, состоящую из следующих положений:

- преподаватель мобильного обучения не сможет научить обучаемого тому, что сам не умеет;

- инновационное мышление как предпосылка модернизации образования и внедрения мобильного обучения;

- образовательный эффект мобильного обучения у каждого индивидуальный, нет никакой возможности предсказать, каким он будет у конкретного человека в данной ситуации, но в среде мобильного обучения весьма высока вероятность возникновения личного интереса на основе кризиса компетентности обучаемого;

- мобильное обучение основано на взаимоотношениях; обучаемый всегда включен в целую систему межличностных и социальных взаимоотношений (родители, преподаватели, коллеги, друзья);

- мобильное обучение – естественный процесс передачи и восприятия информации, использующий потребность в компьютерном общении, эволюцию технических средств обучения и возможности информационно-телекоммуникационных технологий; естественные склонности человека направляются на то, что необходимо изучить;

- мобильное обучение необходимо, оно основано на потребности задавать вопросы и свободно самовыражаться, потребности знать и понимать;

- мобильное обучение – это работа, требующая сознательных усилий, обучаемые должны активно и увлеченно трудиться в процессе мобильного обучения;

- мобильное обучение индивидуально, не существует совершенной теории человеческого поведения для охвата всех различий между реальными людьми;
- мобильное обучение связано с практикой использования технических средств обучения и возможностей информационно-телекоммуникационных технологий;
- мобильный компьютер, иное переносное электронное устройство с возможностью беспроводного доступа к информации и телекоммуникации – неотъемлемый инструмент образовательного процесса мобильного обучения;
- управлять мобильным обучением может только тот, кто владеет информацией [234].

В своих исследованиях С.В. Титова под мобильным обучением понимает деятельность, осуществляемую регулярно посредством компактных, портативных мобильных устройств и технологий и позволяющую обучающимся стать более продуктивными, общаясь, получая или создавая информацию, а также возможность получать или предоставлять учебную информацию любого формата на персональные мобильные устройства [455]. Автор в исследованиях акцентирует внимание на преимущественных аспектах мобильных технологий:

- быстрый доступ к аутентичным учебным и справочным ресурсам и программам в любое время и в любом месте;
- постоянная обратная связь с преподавателем и учебным сообществом;
- учет индивидуальных особенностей студента – диагностика проблем, индивидуальный темп обучения и т. п.;
- повышение мотивации обучаемых за счет использования знакомых технических средств и виртуального окружения;
- организация автономного обучения;
- создание персонализированного профессионально ориентированного обучающего пространства студента;

- развитие навыков и способностей к непрерывному обучению в течение жизни [456].

На сегодняшний момент в зарубежной педагогической литературе существует несколько трактовок и определений мобильного обучения, основывающихся на различных особенностях мобильных устройств, на дидактических возможностях, которые предоставляются этими технологиями. С технологической точки зрения мобильное обучение – это передача и получение учебной информации с использованием различных технологий на любое портативное мобильное устройство, при помощи которого можно выйти в Интернет, получить или найти материалы и т. п., с технической – использование удобных портативных мобильных устройств и беспроводных сетей для оптимизации и расширения процессов обучения и изучения. В этом определении ключевыми являются такие слова: «доступные всегда и имеющие выход в Интернет». Продолжая эту тему, исследователи проекта Mobl21 детально определяют две формы обучения – мобильное и смешанное, подчеркивая индивидуализированный (когда, где и с какой скоростью) и неформальный (презентация материала, общение) характеры обучения [542].

Выявляя различие между мобильным и электронным обучением, М. Bransford и J. Douglas определяют уникальность первого на основе того, что обучающиеся прежде всего не привязаны к определенному местоположению и времени, учебный материал всегда под рукой, что позволяет обучающимся осуществлять непрерывный образовательно-воспитательный процесс в любое удобное время. В контексте этого мобильное обучение, основывающееся на непрерывном получении информации посредством мобильных технологий, приближает в конечном итоге к существенным изменениям в ориентации, ценностях, поведении и менталитете подрастающего поколения [522].

По утверждению А.К. Хьюм, мобильное обучение является частью новой парадигмы образования, созданной благодаря технологиям, поддерживающим гибкое, доступное, индивидуальное обучение. Повседневное использование подрастающей молодежью мобильных телефонов, гаджетов и других устройств, которые могут быть использованы и в образовательных целях, в настоящее время является основным стимулом массового распространения мобильного обучения по всему миру. Важно отметить, что мобильные технологии могут помочь в предоставлении качественного образования для развития детей, молодежи и взрослых во всем мире, как отмечено в целях Программы ЮНЕСКО «Образование для всех» [6]. В своей работе А.К. Хьюм обоснованно подчеркивает, что мобильное обучение отменяет необходимость создания специальных компьютерных классов и предоставляет учителям полную свободу обеспечивать студентов онлайн-приложениями по мере необходимости. Мобильное обучение часто является легким по содержанию, чаще используется для предоставления обучающимся доступа к аудиоматериалам, для обмена текстовыми сообщениями, участия в опросах, текстовых чатах, ведения и просматривания конспектов [6].

В контексте сравнения электронного, сетевого и мобильного обучения Б.М. Позднеев определяет особенность последнего в использовании мобильных устройств и неограниченности местоположения обучаемого и обучающего [353, с. 41].

Дефиниция «мобильное обучение» широко используется в сети Интернет. Остановим свое внимание на изучении нескольких часто посещаемых сайтов на предмет анализа понимания интересующего нас термина. На сайте «Википедия» мобильное обучение тесно связано с электронным и дистанционным обучением, отличием которого является использование мобильных устройств. Данное обучение проходит независимо от местонахождения человека и происходит при

использовании портативных технологий. Иными словами, мобильное обучение уменьшает ограничения по получению образования по местонахождению с помощью портативных устройств [363]. На сайте «Мобильная школа» в содержание интересующего нас феномена включены характеристики таких технических средств, как мобильные телефоны, карманные компьютеры, мобильные интернет-технологии, которые распространены в современном мире. В широком смысле мобильное обучение – это возможность учиться независимо от места и времени при содействии целого ряда мобильных устройств [506].

В своих исследованиях И.Н. Голицына раскрывает содержание дефиниции «мобильное обучение» через следующие категории: технологическое (технологические инновации располагаются в академическом окружении, чтобы продемонстрировать техническую целесообразность и педагогические возможности), миниатюрное (портативное электронное обучение, основанное на беспроводных технологиях), аудиторное (для поддержки совместного обучения, возможно, в связи с другими технологиями в классе, как интерактивные доски), неформальное (персонализированное, ситуационное, связанное с локальной осведомленностью или видеопередачей), поддерживающее (используется для повышения производительности и эффективности мобильных сотрудников), дистанционное (используется для решения экологических и инфраструктурных задач) [109].

В ракурсе формирования физической культуры мобильное обучение студента – это управляемая и организуемая педагогом физкультурная деятельность по интерактивному самообучению обучающегося в учебное и внеучебное время, в любом месте с помощью специального мобильного контента, направленному на эволюционный путь развития образования, и формулируемому нами как один из основных принципов формирования физической культуры

будущего педагога, основывающемся на физкультурной деятельности в условиях, когда студент имеет мобильный доступ к образовательным ресурсам.

В контексте изучения ключевых составляющих мобильного обучения стоит расшифровать понятие «мобильный контент» (или «мобильный ресурс»). В исследовании он понимается как контент, облеченный в электронную (мобильную) форму, который можно воспроизводить или использовать на мобильном портативном устройстве с привлечением ресурсов сети Интернет, характеризующийся интерактивностью и мультимедийностью. Ключевую роль при использовании мобильного контента играет интерактивная наглядность, основанная на специальном виде наглядности, создающей эффект погружения обучающегося в программную среду и позволяющей установить с ней взаимодействие, что в конечном итоге способствует формированию познания через чувственно-наглядный образ изучаемого явления [108].

Таким образом, на основе изучения различных исследований можно выявить, что «мобильное обучение студента» – это обучение или учебный процесс, основанный на возможности получать или предоставлять учебную информацию любого формата на персональные мобильные устройства в независимости от местоположения, основывающиеся на реализации идей «педагогики мобильного обучения». Также здесь стоит упомянуть о феномене «мобильное образование», который взаимообусловлен с разработанным выше понятием. [460, с. 232]. В исследовании мы понимаем его как образование с использованием мобильных приложений для различных портативных (мобильных) устройств (смартфоны, коммуникаторы, планшеты, т. е. устройства, имеющие International Mobile Equipment Identifie – международный идентификатор мобильного оборудования, основанный на операционных системах (Windows Phone, iOS, Android и др.), поддерживающих работу в мобильных сетях 3G и 4G и технологию Wi-Fi) для занятий физической

культурой и спортом. Итак, мобильное образование, в нашем исследовании, понимается как образовательная система, обеспечивающая получение комплекса знаний, умений и навыков с помощью мобильных технологий обучения.

В контексте исследования следует обратить внимание на дефиницию «педагогика мобильного обучения» на основании которой определено понимание термина «мобильное обучение». В нашем понимании *педагогика мобильного обучения* – специальная отрасль педагогики, наука об образовании, обучении и воспитании, раскрывающая закономерности развития личности в процессе мобильного обучения и образования, в аспекте дистанционных технологий, с помощью мобильных и портативных устройств, реализованная на создании новых форм познания и менталитета, основанная на непрерывном образовании в течение всей жизни независимо от места и времени, характеризующаяся мультимедийностью, структурированностью, доступностью, модульностью и интерактивностью.

Таким образом, в данном параграфе детально раскрыт категориальный аппарат исследования, состоящий из следующих дефиниций, создающих системное понимание процесса формирования физической культуры студентов.

Культура – совокупность созданных человеком материальных и духовных ценностей, творческой деятельности, совокупность человеческой деятельности и уровень информационного состояния отдельного человека, благодаря которому возможно существование социальной организации в обществе.

Физическая культура – часть общей культуры, процесс и результат человеческой деятельности, накопленное в процессе жизнедеятельности человечеством достояние, содержащее в себе: часть образа жизни людей, общественную и человеческую деятельность, совокупность материальных и духовных ценностей, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей.

Физическая культура студента – интегративное личностное образование, характеризующееся комплексом трех взаимосвязанных компонентов, которые формируются на основе физкультурной деятельности: «физическая» – деятельностный (телесный) компонент; «культура» – мотивационный (мировоззренческий) компонент; «студента» – когнитивный (интеллектуальный) компонент.

Физкультурная деятельность – это двигательная и интеллектуальная деятельность, основанная на воздействии телесного и духовного начал человека, направленная на формирование физической культуры.

Педагогика мобильного обучения – специальная отрасль педагогики, раскрывающая закономерности развития личности в процессе мобильного обучения и образования в течение всей жизни независимо от места и времени на основе дистанционных технологий, с помощью мобильных и портативных устройств, реализованная в условиях создания новых форм познания и менталитета, характеризующаяся мультимедийностью, структурированностью, доступностью, модульностью и интерактивностью.

Мобильное обучение студента – это обучение, основанное на возможности получать или предоставлять учебную информацию любого формата на персональные мобильные устройства независимо от местоположения.

Формирование физической культуры студента – будущего педагога – в целом можно представить как единство освоения физической культуры, включающей взаимосвязь трех компонентов и нового элемента содержания феномена «формирование студента – будущего педагога» – социальный компонент, выраженный в созидании новых культурных социальных ценностей, представленных в нашем исследовании как мобильное обучение.

1.3. Обоснование методологических подходов и принципов формирования физической культуры студентов

В современных условиях модернизации российского образования актуализируется поиск объективных методологических оснований. В качестве методологической основы формирования физической культуры студентов выступает культурологический подход, системно-деятельностный и личностно-ориентированный, компетентностный и инновационно-технологический подходы, объединённые в единую методологическую систему. Данные методологические подходы ориентируют на определение целей профессиональной подготовки студентов и механизмов их достижения.

Следует отметить, что под подходом в дидактике понимается стратегическое направление организации системы образования и обучения [338, с. 24] в контексте нашего исследования как основное направление реализации формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Теоретико-методологической базой формирования физической культуры студентов гуманитарного вуза во взаимосвязи с методологическими подходами, которые обеспечивают целостность процесса, выступают также и принципы, которые отражают как содержание, так и особенности подходов. В нашем исследовании под принципами мы понимаем наиболее общие для данной области знаний теоретические законы, из которых могут быть выведены закономерности и тенденции, а также все другие менее общие законы [317, с. 173].

Обобщая подходы к педагогическому проектированию, мы рассматриваем повышение уровня физической культуры студентов как системный поэтапный процесс. Выявленные изменения приоритета в ценностях и целях профессиональной подготовки актуализировали сопоставление и отбор

методологических подходов к ее реализации, обеспечивающих взаимосвязь компонентов модели и целостность процесса: культурологический подход с опорой на научные идеи системно-деятельностного, личностно-ориентированного, компетентностного и инновационно-технологического подходов.

Выбор подходов к формированию физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения обусловлен стремлением всесторонне раскрыть сущность данного процесса с разных позиций. Анализ научных представлений о формировании культуры позволил выявить в соответствии с целью нашего исследования основные направления: формирование (системно-деятельностный подход) физической (личностно-ориентированный) культуры (культурологический подход) студента (компетентностный подход) на основе мобильного обучения (инновационно-технологический подход).

Культурологический подход к формированию физической культуры, имеющий своим основанием аксиологию (З.Е. Равкин [370; 371], М.А. Кондратьева [207; 208]), дает возможность рассматривать физическую культуру как общечеловеческую ценность, являющуюся содержательной основой развития личности и общества, а формирование физической культуры как культурологический процесс (А.Г. Асмолов [20], Е.В. Бондаревская [54], И.М. Быховская [62], М.Я. Виленский [78], В.М. Выдрин [90], М.С. Каган [166], Л.И. Лубышева [254], Г.М. Соловьев [426]). При его выявлении в качестве методологического основания мы исходили из того, что освоение культурных ценностей человеком происходит в процессе образования и воспитания, которые отражают тенденции развития общества. При этом человек является субъектом, творцом культуры (В.С. Библер [47], Е.В. Бондаревская [54], С.В. Кульневич [236], И.Я. Лернер [246], Э.С. Маркарян [266]). Избрание культурологического подхода концептуальной основой позволило выявить общие закономерности,

факторы и условия, создающие благоприятную среду для формирования физической культуры обучающихся в высшей школе.

В контексте культурологического подхода анализируется понятие «физическая культура» как неотъемлемая составная часть целостной культуры и общества, а также как сущность педагогического процесса в аспекте условия формирования физической культуры студентов. В ракурсе данного подхода определены основные противоречия ее формирования и развития; выявлены и обоснованы культурно-исторические предпосылки исследования проблемы физической культуры. С помощью данного подхода в исследовании раскрыто центровое содержание физической культуры, выявление ее содержательных аспектов, взаимообусловленности в формировании человека ее средствами в тесной связи с другими видами культур. Определено, что единство функционального, ценностного и деятельностного аспектов содержания физической культуры способствует пониманию ее интегративной, человекотворческой, духовно-физической сущности. В этом аспекте формирование физической культуры является сферой не только развития двигательных качеств, умений и навыков человека, но и социокультурного и личностного становления и развития [368].

Культурологический подход к построению и развитию профессиональной подготовки будущих педагогов, рассматриваемый в исследовании с философских позиций физической культуры, проектирует его как сферу духовного становления, определяющего раскрытие сущностных сил специалиста, его профессионально-личностное развитие и саморазвитие, способности к инновационной деятельности и формированию «прогрессирующей» личности в изменяющемся мире [475]. Результатом такого педагогического образования является «физкультурно-сформированный студент». Понятие «физкультурно-сформированный студент» (или «студент – будущий педагог с высоким уровнем

сформированности физической культуры») несет определенное категориальное направление и применимо для характеристики любой из исторически конкретных образовательных систем. Это понятие продуктивно и при определении личностных характеристик будущего педагога, так как образовательная система надежно функционирует лишь при наличии соответствующего ей профессионала, который, владея тем или иным типом мировоззрения и деятельности, в контексте нашего исследования физкультурной, является гарантом устойчивости, самопроизводства образовательной системы и национальной культуры [478, с. 14]. В нашем понимании это специалист, в котором органично соединяются профессионализм, интеллигентность, социальная зрелость, творческое начало и высокий уровень сформированности физической культуры. Это показатель культуры, успешность качественной профессиональной подготовки которого зависит от становления физической культуры как важной части общей и профессиональной культуры.

В рамках культурологического подхода, выступающего в нашем исследовании как методологическое основание формирования физической культуры и опирающегося на весь культурный опыт человечества, приобретает актуальность гуманистическая стратегия развития материальной и духовной культуры. Физкультурная деятельность, рассматриваемая через призму данного методологического подхода, определяется со стороны человеческой значимости и ценности только тогда, когда становится фактором истинно культурного развития личности, гармонизации телесного и духовного, устойчивого приобщения его к физической культуре [558].

Таким образом, культурологический подход представлен в исследовании в следующих аспектах:

- аксиологический в контексте ориентированности педагогического процесса на анализ и формирование ценностных ориентаций личности как

устойчивого физкультурного мировоззрения и устойчивого поведения обучающегося;

- технологический с точки зрения понимания культуры как специфического способа человеческой деятельности и формирования в процессе освоения культуры способов физкультурной деятельности, и наоборот;

- творческий в ракурсе понимания реализации освоения культуры как совершенствование самого индивида, его формирование как творческой личности на основе учета связей культуры с творческой физкультурной деятельностью;

- этнопедагогический в сфере обеспечения единства общечеловеческого, национального и индивидуального в культуре, обучении и воспитании, а также использование больших педагогических возможностей национальной культуры [325, с. 56–57].

Культурологический подход предполагает принцип *культуросообразности с учетом национально-региональной составляющей содержания обучения*, на основе которого содержание образования рассматривается как педагогически адаптированный социальный опыт прошлого и настоящего, равнозначный по структуре культуре. Целью образования является формирование культуры обучающегося, в качестве результата рассматривается формирование индивида, усвоившего определенные культурные ценности; овладевшего навыками самосовершенствования и способами деятельности, необходимыми в различных сферах жизни; умеющего самостоятельно принимать ответственные решения.

Принцип реализуется через понимание педагогического процесса как культурно-исторической ценности и максимальное использование семейной и региональной материальной и духовной культуры, через обеспечение единства национального, интернационального, межнационального и интерсоциального начал в воспитании, образовании, обучении; формирование творческих

способностей и установок учащихся на потребление, сохранение и создание новых культурных ценностей [33, с. 623].

Принцип культуросообразности также определяет, что всесторонне развитая личность, включая ее психофизическое развитие с помощью оптимальных физических нагрузок, реализуется как цель, как планируемый результат образования и профессиональной подготовки. В современной педагогике принцип культуросообразности рассматривается как смыслообразующее понятие. Это культура применения традиционных образовательных форм, соответствие культурным образцам; а также внедрение инновационных форм, основанных на ситуациях диалога, выбора, рефлексии в процессе усвоения культурных ценностей.

В аспекте принципа культуросообразности физическая культура должна рассматриваться как одна из форм оптимальной жизнедеятельности (искусства жизни и существования), выражающаяся в стремлении человека к познанию, созиданию себя и мира, к самовыражению и самоактуализации. Она формирует важную область незаменимого и специфического первичного жизненного опыта и основ мировосприятия человеком реальной действительности через развитие его телесности, телесного мышления. Сущность физической культуры интегрируется на основе синергии ценностного и деятельностного компонентов как наиболее важных условий рефлексии физической культуры в самосознании личности [27, с.16].

В ракурсе концептуального принципа следует отметить культуросообразную составляющую формирования физической культуры, связанной с репродуктивной функцией. Так, учитывая то, что одной из основных особенностей культуры является воспроизводство человека во всей целостности и всесторонности своего социального существования, необходимо помнить о самой главной общественной роли человека, основанной на готовности не к условиям

производства неорганического тела цивилизации, а к воспроизводству человека в двух составляющих: биологическом и духовном. Физическая культура предполагает формирование не только оптимального и полноценного тела человека, способного к определенным общественным функциям [537], но и формирование готовности его к деятельности в любой сфере, нуждающегося в знаниях о формировании гармоничной личности, в том числе и о передаче своего социокультурного опыта, что в конечном счете является сутью деятельности культурного человека в сфере физической активности подрастающего поколения [22].

Таким образом, главным принципом модернизации образования в современных условиях должен быть переход от идеологии к культуре, формирование культуросообразного содержания образования и воссоздание в образовательных структурах культурных образцов и норм жизни, опережающих современное состояние социума через интеграцию образования в культуру [325, с. 92].

В ракурсе данного принципа следует отметить реализацию национально-региональной составляющей содержания обучения при формировании культуры. Национально-региональный компонент содержания образования в последнее время занимает значительное место в исследованиях проблемы совершенствования педагогических систем. Анализу национально-регионального компонента в структуре содержания образования в целом посвящены научные исследования А.Ю. Белогурова [41], А.В. Даринского [121], А.С. Казаринова [178], Т.Ф. Кряквана [226], А.А. Мирошниченко [284], Т.В. Сафоновой [391], В.Б. Тотрова [458]; в аспекте изучения реализации идей этнопедагогики труды Г.Н. Волкова [84], З.Г. Нигматова [310], С.Ю. Сенатор [394], Э.И. Сокольниковой [418], И.А. Черкашина [489], в том числе исследования представителей народов Удмуртской Республики Г.Н. Васильевой [64], В.Е. Владыкина [80], К.И.

Куликова [235], К.А. Пономарева [359], В.Ю. Хотинец [482], Л.С. Христоролюбовой [80], Г.К. Шкляева [505], а именно в поиске подходов к повышению эффективности образовательно-воспитательного процесса в учебных заведениях.

Принцип основан на обязательном включении национально-регионального компонента содержания обучения в образовательно-воспитательный процесс вуза на основе доминирования национальной составляющей данного компонента в профессиональной подготовке. В контексте эффективного формирования физической культуры будущих педагогов принцип реализуется через возрождение национального самосознания и взаимосвязанных с ним факторов (Т.Ф. Кряквана [226], З.Г. Нигматов [309] и др.).

В контексте культурологического подхода нами выявлен принцип мобильного обучения: *генерализации и гуманизации информации*. Практическая реализация данного принципа с использованием мобильных технологий очень актуальна для формирования культуры обучаемых и формирования у занимающихся физкультурной компетентности. Данный принцип основан на отборе мобильного контента для нахождения необходимого ресурса для формирования культуры из обилия и перегруженности образовательных электронных ресурсов. Поэтому при использовании мобильного контента в образовательно-воспитательном процессе особенно важным является выявление первостепенного, культуроформирующего, системообразующего, концентрация внимания обучающихся на основных ценностях, нормах и законах. Одним из условий генерализации мобильного ресурса является оценивание информации с позиции культуросообразности и общих дидактических принципов доступности и научности ее представления, возможности ее адаптации под культуроведческие цели и индивидуальные возможности обучаемого [57, с. 35]. В контексте гуманизации мобильного обучения мобильный образовательный контент должен быть ориентирован на обучающегося и обращен к нему, создавая благоприятные

условия для овладения содержанием образования и формирования культуры [164, с. 167].

Реализация мобильного обучения в процесс формирования физической культуры студентов в контексте данного принципа отвечает современному периоду развития общества, характеризующемуся огромным влиянием на него мобильных технологий. Они проникают во все сферы человеческой деятельности, обеспечивая распространение информационных потоков в обществе, образуя глобальное информационное пространство и изменяя социальную инфраструктуру. Но современное состояние такого пространства может быть небезопасным для формирования культуры обучающихся с точки зрения возможности неблагоприятного течения информационной социализации подрастающего поколения, что в конечном итоге может вызвать информационную дезадаптацию личности и подрыв ее психического здоровья. Отсюда следует, что реализация принципа генерализации информации позволит осуществлять дифференциацию мобильного контента для препятствия распространения интернет-угроз и риска нарушения информационно-психологической безопасности. В этом контексте потребность в формировании генерализации и гуманизации информации из сети Интернет, предназначенной для современной молодежной аудитории, представляет собой одну из важнейших задач модернизации системы образования и воспитания [243, с. 7].

Данный принцип также основывается на выявлении составляющих научного потенциала личности, который, в свою очередь, дает возможность целенаправленно использовать мобильные образовательные ресурсы и технологии сети Интернет, что в конечном итоге содействует интенсификации физкультурной деятельности и формированию физической культуры. Эту деятельность с помощью сети Интернет мы рассматриваем с позиции идей культуротворчества, ценностных ориентаций личности, в результате чего

происходит самоутверждение через реализацию культуротворческой свободы в личностную ответственность [261, с. 207].

Таким образом, культурологический подход образует единую методологическую систему многоуровневого характера, которая послужила основой развития студента вуза в образовательном пространстве. Выбор методологического подхода определен стремлением раскрыть сущность процесса совершенствования с разных позиций, что, в свою очередь, способствует достижению интегративного результата – формированию физической культуры студента.

Системно-деятельностный подход ориентирует на исследование формирования физической культуры студентов вуза как системы, способствует раскрытию ее целостности и позволяет проанализировать ее системные свойства и качественные характеристики. Системно-деятельностный подход позволяет осуществить управление поэтапным процессом формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза (В.Г. Афанасьев [21], В.П. Беспалько [46], Б.С. Гершунский [102], Ю.А. Конаржевский [205], Б.В. Ломов [251], Ю.П. Сокольников [420; 422], А.В. Тутолмин [464] и др.).

Идеи данного подхода занимают ведущее место в самых различных областях науки. Системно-деятельностный подход способствует постановке проблем в конкретных науках и выработке стратегии их изучения. Методологическая спецификация подхода определяется тем, что он ориентирует исследование на раскрытие целостности объекта и обеспечивающих его механизмов, на выявление различных типов связей объекта и сведение их в единую теоретическую картину [421].

Реализованный анализ показывает, что в начале XXI века появилась потребность в широком научном и практическом применении идеи системного подхода в рассмотрении сложных объектов, их конструировании и

совершенствовании (В.В. Краевский [218], Н.В. Кузьмина [231], И.Я. Лернер [246], Б.Ф. Ломов [250], М.Н. Скаткин [406; 407], В.А. Ядов [511] и др.).

Физическая культура студента рассматривается с позиций системно-деятельностного подхода, как системное качество, подсистема общей культуры и профессиональной подготовки, выступающая системой более общего порядка. Выявленные структурные компоненты физической культуры образуют органическое единство, при котором систематизирующим фактором выступает профессионально-личностная готовность к будущей деятельности. В исследовании показано, что компоненты физической культуры студента, а также их структурные элементы находятся в тесной взаимосвязи, интегрируются друг с другом и образуют определенное единство. Целостность функционирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза подтверждается взаимовлиянием структурных компонентов и, следовательно, их составляющих.

Системно-деятельностный подход позволяет раскрыть содержательную и операционную стороны формирования физической культуры студентов вуза и рассматривает обучение и воспитание как систему определенных видов деятельности, выполнение которых ведет к усвоению фундаментальных знаний, мотиваций у студентов вуза на основе многообразных форм деятельности будущего специалиста (Л.С. Выготский [88], А.Н. Леонтьев [244], С.Л. Рубинштейн [387]).

По мнению А.Н. Леонтьева, человеческая деятельность – это «процесс, в котором реализован переход между направлениями субъект – объект, происходящими в переходе объекта в его субъективную форму, в деятельности совершается также переход в объективные выводы» [244]. В понимании С.Л. Рубинштейна деятельность выражает конкретное отношение человека к действительности, в которой выявляются свойства личности, имеющие комплексный характер [387].

К ведущим видам деятельности относятся такие категории, как труд, познание и общение. В свою очередь, каждый вид деятельности теснейшим образом связан с другими, а интегрирование и синергия различных компонентов из них определяет все многообразие человеческой деятельности от простых форм к самым сложным. Выявлено, что деятельность имеет социальную основу и присуща только человеку. Деятельность – это целесообразное преобразование людьми окружающей действительности, сходной формой которого является труд, а именно трудовая деятельность. Основные виды материальной и духовной деятельности являются производными от труда. Модифицируя природу, человек преобразует и самого себя, проявляясь как субъект своего развития [48].

Одна из ключевых идей данного метододогического подхода в нашем исследовании заключается в том, что обучающийся, являясь субъектом деятельности, формирует в процессе ее осуществления физическую культуру с учетом индивидуальных особенностей и личностно-значимых потребностей [547]. Деятельность человека, воздействуя на окружающий мир и преобразуя его, служит средством удовлетворения его разнообразных потребностей и одновременно является фактором его физического, интеллектуального, психического и духовного формирования как социально-полезной личности. При этом структура деятельности должна включать в себя: единство цели, потребностей и мотивов, соотносимые с ними деятельность, действие и операционную составляющую. Она объединяет в себе две стороны – интеллектуальную (внутреннюю), которая основывается на цели, анализе условий, на выборе средств и методов, схеме действий, и двигательную (внешнюю), определяемую физической активностью субъекта, взаимодействием средств с объектом и предметом деятельности, входящими в деятельность объективными процессами и результатами [307]. Таким образом, любая системная конкретная деятельность, в нашем случае – физкультурная, обязательно должна

быть соотносима с понятием потребности, интересов и мотива, являющимися одними из основных составляющих, делающих деятельность осознанной и устойчивой на перспективу [553].

Представляя структуру деятельности, данный подход позволяет установить определенные связи на разных уровнях физкультурной деятельности и проникнуть в суть явлений, определяющих особенности формирования культуры. Кроме того, системно-деятельностный подход объясняет процесс активного усвоения знаний и умений посредством мотивированного и целенаправленного решения задач (А.А. Бодалев [50], Л.С. Выготский [88], П.Я. Гальперин [99], И.А. Зимняя [158], Н.Н. Нечаев [308], С.Л. Рубинштейн [387], В.Д. Шадриков [495] и др.).

Таким образом, системно-деятельностный подход обеспечивает целостное и системное представление об интегративном, упорядоченном понимании физической культуры студента как системе взаимосвязанных и взаимообусловленных компонентов на основе деятельности. В контексте данного подхода осуществляется понимание личности как целостности, как сложной психолого-педагогической системы, имеющей свою структуру, функции и внутреннее строение, обеспечивается единство развития, обучения и воспитания личности. Изучение педагогического процесса строится с точки зрения целостной системы и ориентированности на интегративные характеристики личности. Выявление и анализ осуществляются, с одной стороны, в педагогической системе, с другой – в развивающейся личности с интегративными системообразующими связями и отношениями [325, с. 55].

В аспекте этого методологического подхода сформулирован принцип *синергии интеллектуальной и деятельностной составляющих физкультурной деятельности*. В основе принципа лежит понимание особенности физкультурной деятельности человека, которая заключается в сочетании в ней свойств субъекта и

объекта. В контексте применения его в сфере физической культуры на основе реализации субъектно-объектных отношений возможны четыре вида деятельности: преобразовательная, познавательная, ценностно-ориентационная и коммуникативная. В свою очередь, в современных исследованиях сущность физического упражнения в качестве основной составляющей физкультурной деятельности определяют как двигательное воздействие, которое наряду с операционными механизмами включает познавательные, проектно-смысловые и эмоционально-оценочные (С.В. Дмитриев [128; 129], Д.Д. Донской [132] и др.).

Продолжая конкретизацию, следует отметить, что развитие физических возможностей человека взаимосвязано с функционированием его личных характеристик. В этом случае двигательное действие выступает лишь в качестве средства самосовершенствования и саморазвития человека. Эффективность физкультурной деятельности студентов особо определяется мотивационно-ценностной составляющей, связанной с формированием потребностей, интересов, целей, закрепляемых в мотивах, ценностных ориентациях, и овладением ими значимым уровнем знаний на основе социально-психологического и интеллектуального направлений (Л.И. Лубышева [254], Sami Yli-Piipari [551], Zan Gao [560]). В свою очередь, эти характеристики способствуют социализации личности в процессе этой деятельности и в то же время являются одним из показателей уровня ее физического совершенства. При этом целый ряд авторов (М.Я. Виленский [75], В.Н. Курысь [241], А.П. Матвеев [271], Ю.М. Николаев [318], Г.М. Соловьев [426]) отмечают, что одним из действующих прогрессивных направлений, определяющих обеспечение необходимого уровня образованности обучающихся в сфере физической культуры, является умелое накопление системных знаний как фундамента физического воспитания и формирования физической культуры молодежи.

Таким образом содержание физкультурной деятельности, основанной на синергии интеллектуальной и физической (двигательной) составляющих, определяет качество формирования физической культуры студентов в вузе. В этом ракурсе единство духовной и двигательной сторон в физкультурной деятельности создает гармонию сущностных (духовных и физических) сил человека, интегративным объединением которой служит творческий характер деятельности. Деятельность в формировании физической культуры с этой точки зрения выступает как в материально, так и в духовно преобразующих формах, она есть явление, которому присущи материально-духовные качества, что и позволяет рассматривать физическую культуру как равноправный вид общей культуры человека и общества.

Принцип *самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности* в аспекте положений системно-деятельностного подхода заключается в актуализации генетически заложенной потребности человека в движении, побуждаемой к самосовершенствованию и последующему физическому саморазвитию на основе сформированной устойчивой мотивации, а также в ориентации на построение индивидуальной программы физкультурного образа жизни. В ракурсе данного принципа раскрывается в исследовании процесс физкультурного самоформирования, самосовершенствования и самовоспитания обучающихся как эффективное средство педагогической подготовки будущих специалистов. В контексте этого утверждения следует отметить, что наличие противоречий, возникающих у студента, есть предпосылка потребности в какой-либо деятельности, в нашем случае – физкультурной. В свою очередь, деятельность по реализации потребности есть разрешение данных противоречий. Внутренними факторами самовоспитания и самосовершенствования являются уровень развития самосознания, наличие мотивов самовоспитания, уровень физической подготовленности, функционального развития и здоровья, опыт

работы над собой [533]. Внешними факторами являются профессиональная направленность обучения, психолого-педагогическая и практическая подготовка к самовоспитанию, его стимулирование. Следует отметить, что взаимодействие внутренних и внешних факторов обуславливает возникновение внутренних противоречий физкультурного самоформирования и самовоспитания. Педагогические воздействия, направленные на организацию физкультурного самовоспитания через призму внутренних факторов, оказывают значительное влияние на развитие самосознания, достижение обучающимися физического и функционального самовоспитания, определяют необходимость самосовершенствования педагогического руководства.

В контексте нашего исследования на всех этапах развития процесса самовоспитания прослеживается определенный характер взаимосвязи и взаимозависимости процесса формирования компонентов физической культуры студентов и в целом самовоспитания. Познавательная активность студентов в процессе самовоспитания находит отражение в практической деятельности в интересах индивидуального совершенствования и в интересах объектов и субъектов педагогического пространства вуза. Следует указать, что решающую роль в развитии потребности обучающегося в физкультурном совершенствовании играет социальный феномен – мода. Она активно способствует вовлечению в деятельность, следовательно, и формированию в ней потребности, в контексте нашего исследования – это мобильные технологии и нетрадиционные виды физических упражнений. Следует также отметить, что самовоспитание студента не может функционировать изолированно от других составляющих самосовершенствования личности будущего специалиста, а именно от профессионально-педагогического самовоспитания в целом [391, с. 111].

Данный принцип основывается на достижении наивысшего уровня физической культуры и ориентирует на индивидуальные особенности,

потребности, мотивы личности, и предполагает оказание активного педагогического содействия в формировании физической культуры на основе равноправных субъектных отношений [61].

Положения данного принципиального подхода тесно связаны с принципом индивидуализации и дифференциации, но имеет отличительную особенность, а именно в связи с исключительным разнообразием индивидуальных различий обучающихся, реализация которых в существующих условиях организации учебно-воспитательного процесса по физической культуре в образовательных учреждениях представляется возможной в ограниченном варианте дифференциации и индивидуализации. Администрация образовательной организации или преподаватель учреждения не всегда могут учитывать многочисленные индивидуальные различия каждого из своих подопечных и разрабатывать соответствующие дифференцированные программы их физического совершенствования. Вместе с тем именно их реализация является главным условием успешного внедрения личностно-ориентированного обучения. Поэтому основной способ преодоления данного противоречия и воплощения идеи индивидуализации при таких условиях в сфере физической культуры заключается в целенаправленном привлечении и стимулировании личности студента к самостоятельной физкультурной деятельности в интеллектуальном и двигательном аспектах.

Обосновывая выявленный в исследовании принцип, покажем его положения через самопознание и самовоспитание. Формирование физической культуры в ракурсе развития фактически соответствует процессу совершенствования общей культуры человека с преобладанием ее духовной стороны, но реализуемой особым специфическим образом через сознательно «окультуренную» двигательную деятельность, которая, в свою очередь, выступает средством

удовлетворения разнообразных потребностей человека, его самоактуализации, саморазвития, самопознания, самоформирования и самосовершенствования [368].

Организация формирования физической культуры в контексте данного принципа должна осуществляться на основе вооружения обучающихся необходимыми теоретическими знаниями на учебных занятиях, а также на основе предоставления возможностей для изучения и определения своих индивидуальных особенностей, физических кондиций и разработки на основе их учета индивидуальных программ физического совершенствования при консультативной помощи преподавателя.

Разработанный и реализованный на практике концептуальный принцип формирования физической культуры студентов в организации образовательно-воспитательного процесса оказывает содействие не только более осознанному отношению студентов к содержанию занятий (мотивационный компонент), решению проблемы индивидуализации воздействия физических упражнений, реализации личностно-ориентированного обучения (деятельностный компонент), но и будет способствовать созданию фундаментальной основы для самоопределения и социализации обучающихся в сфере физической культуры как в период обучения в вузе, так и в будущей профессиональной деятельности (когнитивный компонент). Очень важно подчеркнуть, что такой подход обеспечивает внесение элементов творчества, исследовательской деятельности в учебно-воспитательный процесс, связанный с познанием обучающимися самих себя, возможностей своего организма, что, в свою очередь, способствует повышению его эффективности.

На основе положений системно-деятельностного подхода нами выявлен принцип мобильного обучения: *отражения и преобразования виртуальной деятельности в физкультурную* (А.М. Новиков [322]). Данный принцип основан на том, что действительность при ее постижении обучающимся отражается в его

воображении, а мысленное оперирование материалом (виртуальная деятельность) позволяет перенести полученные результаты в реальную деятельность, в контексте нашего исследования – физкультурную, с целью изменения последней [160, с. 77]. В контексте изучения мобильного контента следует отметить, что мобильная игра и в целом работа с мобильными приложениями, связанными с деятельностью воображения, выражает тенденцию, потребность обучающегося в преобразовании окружающей действительности. Проявляясь в данной деятельности, эта способность к творческому преобразованию начинает формироваться через чувства, желания, замыслы, которые в ней разыгрываются, и реальность вопросов, которые там решаются [322, с. 17].

В контексте научного обоснования мобильного обучения с позиции данного принципа следует отметить необходимость системного и целостного понимания предлагаемого мобильного контента в интернет-ресурсах. Информация, которую обучающиеся получают, формируя в знания, должна быть научной, содействующей обучению, а не наоборот, поэтому студентам необходимо иметь способность системно мыслить и различать истинно научные знания от псевдонаучных [381, с. 155].

В контексте данного подхода следует выявить следующий принцип мобильного обучения: *мобильного непрерывного самообразования с помощью мобильных устройств*, основанный на внедрении мобильных технологий в образовательно-воспитательный процесс вуза, как одной из ключевых видов деятельности по формированию физической культуры студента, имеет свое основание обучение в деятельности. В этой связи следует отметить особенности такого обучения: дифференциация на отдельные части, последовательность этапов деятельности и мыслительных процессов, систематический контроль, самостоятельность, повторяемость при неусвоении материала, консультационность, тьютерство и т. п. Системно-деятельностный подход,

являясь методической основой мобильного образования, содействует каждой личности при включении в процесс усвоения нового содержания, при овладении техническими и мобильными средствами, при самостоятельном планировании и контроле уровня овладения новым мобильным контентом. В этом аспекте от студента требуется активное развитие навыков, позволяющих индивидуально использовать современные информационные технологии в процессе профессиональной подготовки [492, с. 42–43].

Личностно-ориентированный подход является теоретико-методологической основой моделирования процесса обучения, позволяющего обеспечить приоритет личности в контексте профессиональной подготовки, создать условия для развития способности к самообразованию, самообучению, самовоспитанию, саморазвитию, самоопределению, самостоятельности и самореализации в физкультурной деятельности. Обучение на основе данного методологического подхода содействует целостности проявления психофизических возможностей студентов в соответствии с уровнем их физического развития, способностями и физиологическими особенностями их личностных характеристик. В аспекте данного принципа актуализируется потребность развития и практической направленности реализации процесса подготовки специалистов на целостное формирование физической культуры [556].

В контексте аксиологии личностно-ориентированный подход это базовая ценностная ориентация педагога, определяющая его позицию во взаимодействии с каждым обучающимся и коллективом. В основе личностно-ориентированного подхода лежит содействие студенту в осознании себя личностью, в выявлении, раскрытии своих возможностей, становлении самосознания, в осуществлении личностно значимых и общественно приемлемых самоопределения, самореализации и самоутверждения. Своеобразие личности обогащает коллектив и его членов, если содержание, формы организации жизнедеятельности

разнообразны и соответствуют возрастным особенностям и интересам [338, с. 24].

Образовательно-воспитательный процесс, направленный на формирование физической культуры, в ракурсе данного подхода предполагает дифференциацию видов двигательной активности и обеспечивает ориентацию на индивидуальность каждого обучающегося или группы на основе учета их физкультурных интересов, потребностей и мотивов, личностных и функциональных характеристик и возможностей, уровня общей и специальной физической подготовленности. Таким образом, основой личностно-ориентированного подхода в контексте исследования является индивидуализированная система научных физкультурных знаний и практических умений, оказывающих влияние на положительные изменения в мировоззрении, мотивационно-ценностном отношении, мышлении, поведении, отношении к самому себе, окружающему миру и социуму (В.К. Бальсевич [26], Л.И. Лубышева [254], В.Г. Шилько [503] и др.).

Физкультурная деятельность в аспекте личностно-ориентированного подхода рассматривается как управляемый педагогом процесс на основе учета индивидуальных особенностей обучающихся. Профессиональная подготовка обеспечивает формирование личности и свободу выбора в самореализации студентов в педагогическом пространстве вуза. В этом ракурсе следует обратить внимание на научные труды Н.А. Алексеева [12], Е.В. Бондаревской [54], В.И. Данильчук [120], В.В. Серикова [399], И.С. Якиманской [512], в которых личностно-ориентированный подход основывается на гуманистической направленности профессиональной подготовки как целостного комплекса взглядов, убеждений, идеалов, где человек выступает наивысшей ценностью.

Личностно-ориентированный подход, на наш взгляд, является одним из актуальных подходов в учебном процессе в целом и в процессе формирования физической культуры в частности. Организация профессиональной подготовки на

основе личностно-ориентированного подхода означает, что все методические решения преподавателя, например, организация учебного материала, использование тех или иных приемов, систем физических упражнений, должны преломляться через призму личности обучаемого, его потребностей, мотивов, опыта, способностей, активности, интеллекта и других индивидуально-психологических особенностей.

Согласно личностно-ориентированному подходу в центре обучения находится сам обучающийся, его мотивационные установки, цели, потребности, личностные и психологические особенности [543]. Преподаватель в контексте такого подхода ориентирует учебную цель занятия, организует, направляет и корректирует его, учитывая интересы и потребности студента, уровень его знаний и умений. Следовательно, цель занятия при реализации данного подхода формируется с позиции каждого конкретного студента. Обучение в ракурсе положений данного подхода основывается на признании каждой из сторон, участвующих в образовательной деятельности, а именно преподавателя и студента. В свою очередь, цель взаимодействия обусловлена результатом свободного выбора подростка и его самоопределения [525]. Ключевой задачей преподавателя в личностно-ориентированном подходе является максимальная помощь каждому студенту в творческом осмыслении его деятельности через осознание, восприятие, побуждение к самостоятельным поискам, экспериментированию с использованием различных средств, содействие в реализации индивидуального стиля учебной деятельности, развитие теоретического мышления и рефлексивных действиях.

В контексте данного подхода реализован принцип *индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности*, который на практике требует подбора индивидуальных форм, методов, средств образования, опосредованных спецификой ситуации обучения и воспитания, обеспечивающих активизацию

студентов, формирование у них возможности и потребности построения своего индивидуального маршрута физкультурной деятельности (В.П. Лукьяненко [258], А. Маслоу [269], Г.К. Селевко [392], В.В. Сериков [399], И.С. Якиманская [512] и др.).

Сущность данного принципа состоит в учете индивидуальных особенностей обучающихся в учебном процессе с целью активного управления ходом развития их умственных и физических возможностей. Согласно обоснованию А.С. Границкой [114], Г.К. Селевко [392] и В.Д. Шадрикова [494] дифференциация обучения может пониматься как создание разнообразных условий обучения для различных групп обучающихся с целью учета особенностей их контингента; комплекс методических, психолого-педагогических и организационно управленческих мероприятий, обеспечивающих обучение в однородных группах. «Дифференциация» в переводе с латинского языка определяется как разделение целого на различные части, формы, ступени. Данное определение основывается на трех основных аспектах: учет индивидуальных особенностей обучающихся; группирование подростков на основе этих особенностей; вариативность учебного процесса в группах [495]. Цель дифференциации процесса обучения – обеспечить каждому студенту или группе студентов условия для максимального развития его способностей, склонностей, для удовлетворения познавательных потребностей и интересов в процессе овладения им содержания высшего образования.

Существуют разные подходы к трактовке соотношения понятий «индивидуализация» и «дифференциация» обучения. Например, И.Э. Унт определила индивидуализацию как учет в процессе обучения индивидуальных особенностей обучающихся во всех его формах и методах, независимо от того, какие особенности и в какой мере учитываются. В связи с этим можно определить, что дифференциация обучения понимается ею как один из основных вариантов индивидуализации обучения [467]. В основе принципа

индивидуализации и дифференциации лежит лично-деятельностный подход, его выявляют в своих научных исследованиях Б.Г. Ананьев [15], Л.С. Выготский [87], П.Я. Гальперин [99], И.А. Зимняя [159], Н.Н. Нечаев [308], С.Л. Рубинштейн [387], в основе которого личность рассматривается как субъект деятельности.

В трактовке Г.К. Селевко индивидуализация обучения – это, с одной стороны, организация учебного процесса, при котором выбор способов, приемов, темпа обучения обусловливается индивидуальными особенностями обучающихся, а с другой – различные учебно-методические, психолого-педагогические и организационно-управленческие мероприятия, обеспечивающие учет индивидуальных особенностей подростка в процессе обучения [392].

Ведущие педагоги рассматривают дифференциацию как принцип совершенствования (реформирования) системы образования, который реализует индивидуальный подход в обучении и воспитании; предполагает изменение учебных планов и программ, содержания и методов образования, темпов и сроков обучения в соответствии с потребностями, возможностями, интересами обучающихся; создание учебных заведений различных типов, профильных классов, классов поддержки, коррекции и др. [127].

Принцип персонифицированности физкультурной подготовки или гибкости как принцип мобильного обучения в аспекте положений личностно-ориентированного подхода подразумевает персонализацию мобильного обучения под каждого пользователя. Данный принцип предполагает всестороннее изучение обучающихся, а именно их национальные, антропометрические, психологические, физиологические особенности и разработку соответствующих мер педагогического воздействия с учетом выявленных характеристик с помощью мобильных технологий, разработки индивидуального образовательного маршрута. Опираясь на эти данные, преподаватель ориентирует ближайшие и

перспективные задачи в работе с каждым студентом и разрабатывает для их решения дидактическую систему мобильного контента.

Важнейшими факторами повышения эффективности воздействия мобильных технологий является дифференциация и индивидуализация их применения с учетом индивидуальных физических и интеллектуальных возможностей, а также будущая профессиональная деятельность, склонности, потребности, этническая принадлежность и интересы обучающихся. Поэтому наиболее эффективным должен стать вариант, когда каждый студент имеет возможность выбрать для себя индивидуальный образовательно-воспитательный маршрут по формированию физической культуры на основе мобильного обучения.

Основа принципа персонифицированности физкультурной подготовки или гибкости базируется на появлении новых элементов мобильного обучения, привнесенных в нее самими участниками образовательного процесса, возникающих вне зависимости от организационных условий педагога. В этом контексте свойства процесса обучения как нелинейной системы – множественность равноправных интерпретаций мобильного обучения, порождаемых его участниками, они требуют специальной гибкой организации, способной оперативно реагировать и мобильно адаптироваться к возможным изменениям. Содержательная гибкость обеспечивается на основе возможности как дифференциации, так и интеграции содержания обучения, предполагает данное свойство как самого процесса обучения, которое реализуется в случае обеспечения технологических условий для активной познавательной и творческой деятельности обучающихся, предоставляя им возможность самостоятельного выбора контента и инструментов реализации. Реализация данного принципа в процессе мобильного обучения позволит обеспечить обучающимся приобретение индивидуального смысла изучения образовательного контента, постановку

собственных целей, индивидуального стиля познания через определение своей траектории в обучении [81, с. 49]. Следует отметить, что данный принцип обусловлен такими принципами электронного обучения, как интерактивность, модульность, технологичность и т. п. [1, с. 112].

Таким образом, на основе личностно-ориентированного подхода выявлена необходимость преобразования учебно-воспитательного процесса вуза в единый процесс, направленный на формирование физической культуры каждого обучающегося в аспекте индивидуализации обучения в рамках национально-регионального компонента содержания обучения и развития профессионально важных качеств будущих специалистов различных направлений.

При исследовании профессиональной подготовки с позиций *компетентностного подхода* необходимо исходить из того, что одним из факторов формирования культуры студентов является совершенствование профессионально-педагогической компетентности, реализация которой создает основу для разработки содержания организационных форм и технологий современного педагогического образования. Такой подход обусловлен тем, что ключевыми показателями качества подготовки современного педагога являются помимо профессиональных знаний и освоенных умений, также и профессиональная компетентность, в аспекте нашего исследования – физкультурная компетентность.

Компетентностный подход рассматривается в педагогической науке в ракурсе реализации качества образования обучающихся и профессионально-педагогической подготовки студента – будущего педагога. Качество подготовки при таком подходе актуализируется с учетом реальной готовности обучаемого применить усвоенные знания и навыки в различных сферах жизнедеятельности, в том числе и в образовательной, профессиональной и физкультурно-оздоровительной. В этом контексте следует отметить научные работы В.И.

Байденко [23], И.А. Зимней [158], Р.В. Овчаровой [328], А.В. Тутолмина [465] и B.S. Bloom [519], в которых компетентностный подход проявляется как совокупность теоретико-методологических положений и организационно-педагогических мер, направленных на создание условий для освоения и трансляции педагогических ценностей и технологий, обеспечивающих физкультурно-оздоровительную самореализацию студента – будущего педагога [461].

Основываясь на существующих в научной литературе определениях компетентности, можно представить физкультурную компетентность как интеграцию, т. е. взаимообусловленное единство профессиональных знаний, умений человека, их применение в практической деятельности, поведенческие характеристики и готовность к физкультурной деятельности, а также анализирующие, творческие и оценочные навыки, реализуемые в процессе педагогического труда. В контексте формирования физкультурной компетентности на основе данного подхода через таксономию уровней обученности содержательно обусловлено совершенствование физкультурно-спортивного творчества в качестве одного из основных показателей развития физкультурной деятельности подростков [520; 527].

В сфере изучения данного методологического подхода, следует выявить принцип *интегативности содержания и развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности* основанный на реализации системной теоретической подготовки на дисциплинах физкультурно-формирующего цикла и предмета «Физическая культура». Суть его заключена в оптимальном уровне соотношения интеллектуального и двигательного компонентов физкультурной деятельности через усиление междисциплинарных связей дисциплин в контексте формирования физической культуры личности студента [540]. Предполагает реализацию интеграции курса «Физическая

культура» с дисциплинами физкультурно-формирующего цикла («Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена») на основе выявления системообразующих элементов содержания с целью формирования физической культуры студентов гуманитарного вуза.

Основа этого принципа заключается в решении проблемы обоснования сущности причинно-следственной взаимосвязей между уровнем образованности (теоретический компонент) и результативностью практической физкультурной деятельности (практический компонент). Решение этого вопроса становится особенно актуальным в сфере школьной и вузовской физической культуры на фоне все чаще звучащих в последнее время сомнений по поводу необходимости занятий физической культурой в учебное время студентов, ее ведущей роли в оздоровительной системе подростков и необходимости приоритетного внимания к ней в процессе учебно-воспитательной работы, формирования необходимого уровня образованности в области физической культуры.

Многие исследователи данной проблемы склоняются к тому, что основной направленностью занятий физической культурой должна быть оздоровительная (А.А. Баранов [27], А.Ф. Бойко [52], Е.П. Ильин [169] и др.), тренировочная (В.К. Бальсевич [26], В.М. Зациорский [153] и др.) или образовательная (Ю.Д. Железняк [146], В.Н. Курысь [241], В.П. Лукьяненко [258], А.П. Матвеев [271], И.Х. Хакунов [481] и др.) составляющие. Наряду с основательной убежденностью в несомненной пользе специальных физкультурных знаний в научной литературе можно встретить серьезные противоречивые взгляды по поводу значимости познавательного компонента, эффективности его влияния на отношение обучающихся к физической активности.

В ракурсе этой проблемы К.К. Кардялис [189] и В.С. Каюров [190] высказывают суждение о недопустимости занятий теорией в ущерб практической

составляющей физической культуры и предлагают бороться за обогащение интеллектуального содержания школьной и вузовской физической культуры, но не путем разработки и обоснования соответствующей образовательной концепции, а путем бесперспективной борьбы с чиновничьим аппаратом по выделению дополнительных учебных часов. Следует отметить, что при этом полностью игнорируется факт, что самым эффективным инструментом в подобной борьбе является всесторонняя обоснованность инновационных подходов и разработка концептуальных основ, опирающихся на строго научную аргументацию.

Также следует обратить внимание на организацию и определение содержания учебных занятий, когда их основу составляют лишь освоение и выполнение физических упражнений. В этом контексте образовательно-воспитательный процесс сводится к формированию сенсомоторного уровня интеллектуальных способностей, характерного для развития дошкольников. Поэтому занятия физической культурой, ориентированные на образовательный эффект, который может быть получен лишь от применяемых в нем физических упражнений и малого количества лекционной нагрузки, в традиционной форме не будет способствовать полноценному формированию физической культуры, а именно мотивационному ее компоненту. В этом, по нашему мнению и мнению многих исследователей, и заключается одна из главнейших проблем формирования физической культуры обучающихся, главный фактор крайне низкого уровня эффективности всей системы физического воспитания в социуме. Данное обстоятельство является одной из основных причин критически низкого уровня физической культуры у большинства населения нашей страны, отсутствия устойчивых традиций систематических, самостоятельных занятий физическими упражнениями на протяжении всей жизни, следствием чего является низкий

уровень здоровья, а также физической и двигательной подготовленности населения [425, с. 59].

Таким образом несовершенство занятий физической культурой в вузе, выражающееся в невозможности достижения главной цели – формирования физической культуры, является главным обстоятельством, обуславливающим низкую эффективность физического воспитания в образовательных учреждениях, а именно недостаток занятий физической культурой как учебной дисциплины связан не с низкой эффективностью решения задач физической подготовки, а с фактом самоустраненности от выполнения одной из главных функций и прямого предназначения. Необходимо обеспечить необходимый уровень образования в сфере физической культуры.

В аспекте разработанного нами принципа мы включаем в теоретический курс дисциплин физкультурно-формирующего цикла («Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена») лекционные образовательные модули при корректировке их содержания в сторону решения основной цели – формирования физической культуры студента. Анализ учебных программ по представленным образовательным дисциплинам позволил определить междисциплинарные связи предметов и скорректировать программы, не изменяя в целом цели и задачи предметов и их содержательное наполнение. С этой позиции реализация обучения по выявленному принципу позволяет разрешить противоречие между теорией и практикой в области формирования физической культуры студента, удовлетворить потребности познавательной составляющей и увеличить часы учебного плана.

В контексте развития творчества данный принцип основывается на понимании того, что эффективность освоения обучающимися основ физкультурной деятельности не заключается только в приобретении ими новых

физкультурных знаний, двигательных умений и навыков, в формировании положительного мотивационно-ценностного отношения к физическим упражнениям, а выражается во включении их в процесс самодеятельности, основанный на саморазвитии, самодвижении, самовоспитании, самосовершенствовании и самоформировании. Именно в творческом и креативном развитии заключается основной результат педагогического аспекта физкультурной деятельности. При самодеятельности субъект самостоятельно создает продукт – духовную субстанцию, овладевая соответствующими средствами и методами физической культуры, где данный процесс проходит как сугубо творческий, а не как усвоение готовых образцов физических упражнений, т. е. происходит овладение собственной духовной сферой для физического самосовершенствования [317, с. 164].

Следует отметить, что творчество – это особое качество личности, возникшее в результате воспитания и характеризующееся когнитивной, положительно-мотивационной и поведенческой готовностью вносить изменения в методы, средства и приемы усвоения профессиональных физкультурных знаний, необходимых в будущей педагогической деятельности. Именно творческая деятельность является основой и способом реализации личностью своих способностей и возможностей в интеллектуальной и практической деятельности, так как содействует самореализации личности. Глубина и степень ее определяются активностью субъекта, так как посредством ее человек, в аспекте нашего исследования – студент, утверждает себя как личность, развивает и проявляет свою сущность, производит и реализует себя [213]. Существенная роль в формировании культуры обучающегося в этом случае отводится качественной стороне физкультурной деятельности, которая не должна ограничиваться только развитием его телесных характеристик, а должна содействовать тесной взаимосвязи при их формировании с его духовной деятельностью. Обучающий в

ее процессе, предоставляя окружающим ценности физической культуры, творит, создает образ педагогической ситуации по решению специфических задач, характеризующейся оригинальностью, творчеством и индивидуальностью.

Творчество в данном процессе заключается в обнаружении нового смыслового пространства физической культуры студентов, перерастая в конечном итоге в мастерство. Поэтому физкультурные занятия, в частности, самостоятельные, совершенствующие духовный и телесный мир занимающегося, становятся процессом самовоспитания, самоопределения и самопознания. Физкультурная самодеятельность продолжается далее и в процессе творческого самовыражения обучающегося, где продуцируется не просто создание физической культуры самой личности, но и передача ее другим [289].

В своих исследованиях С.П. Евсеев отмечает, что в процессе физического воспитания человек не только «социализируется» и «образовывается», но и сам «основывает свой мир», формирует и завоевывает «социальное пространство», изначально самоопределяется, создает свое понимание мира [139], проектирует и строит собственную деятельность, в контексте нашего исследования – физкультурную, и социальное окружение. В свою очередь, готовность специалиста к ярко выраженной образовательно-воспитательной деятельности должна проявляться в первую очередь в способности научить студента рефлексивно творчески работать с собственным сознанием, выявлять способы и технологии двигательных действий в особый предмет рефлексивного анализа и синтеза, разрабатывать собственную физкультурную деятельность [138].

В контексте компетентностного подхода и внедрения мобильного обучения следует выявить принцип *интеграции мобильных технологий в обучении*. Этот принцип основывается на последовательной интеграции в существующую систему образования мобильных технологий обучения и связанных с ней форм обучения. Без разрушения традиционной системы интеграция мобильного

обучения в образовательные учреждения внедряется в качестве смешанного обучения, которое в последнее время приобретает особую актуальность. В смешанном обучении интегрируются различные виды учебных мероприятий, включая традиционное, дистанционное, электронное и мобильное обучение и самообучение, при постоянной поддержке педагога в качестве консультанта. В этом контексте смешанное обучение (blended education) повышает актуальность, ценность мобильного обучения и в целом электронного обучения как эффективной современной технологии, которая необходима для любых форм и видов учебных занятий в вузе [243, с. 5].

Принцип интеграции мобильных технологий в обучении или смешанного обучения требует переориентации технологий обучения на самостоятельную творческую работу, что, в свою очередь, подразумевает инновационную методологическую перестройку системы оценки качества усвоенных обучающимися способностей. Потребность в этой модернизации обоснована современными требованиями к учебному процессу, обусловленными введением новых ФГОС ВПО [94].

Резюмируя сказанное выше, можно определить, что для всестороннего развития личности на основе формирования физической культуры необходимо развитие в обучающихся творческого начала как высшего уровня владения физкультурной деятельностью и итогового результата сформированности физкультурной компетентности (когнитивный компонент физической культуры студента).

В нашем исследовании применен в аспекте методологического основания *инновационно-технологический подход*, основанный на организации учебно-воспитательного процесса и профессиональной подготовки в аспекте креативной и инновационной педагогики (В.А. Адольф [7], А.Г. Алейников [10], Н.Ф. Ильина [7], Ю.Г. Круглов [224], Л.С. Подымова [413], С.Д. Поляков [358], В.А. Сластенин

[413; 414], А.В. Хуторской [484] и др.), в контексте способности применения в образовательно-воспитательном процессе инновационных технологий, предоставляющих возможность быстро реагировать на изменения, диктуемые внешней средой и временем (Н.В. Барышева [30], Ю.И. Евсеев [140], А.В. Лотоненко [252], Н.Н. Малярчук [262], И.С. Сырвачева [443], М.М. Чубаров [493]), а именно внедрения нововведений, новых технологических решений, современных методик, удовлетворяющих потребностям современной молодежи, современных физкультурно-оздоровительных технологий для увеличения мотивационно-ценностного отношения к физкультурной деятельности. Залог эффективного формирования физической культуры студента в вузе в том, что оно должно идти не только совместно с нарастающим научно-техническим прогрессом во всех сферах жизнедеятельности человека, но и иметь возможность к опережению его.

С точки зрения эволюционизма данный подход обусловлен антропологической парадигмой. В этом контексте на смену принципам механической картины мира приходят принципы глобального эволюционизма, которые радикально изменяют представления о научной картине мира в целом. Глобальный эволюционизм, с одной стороны, выступает как направление, обеспечивающие экстраполяцию эволюционных идей на все сферы действительности и рассмотрение их как единого универсального эволюционного процесса, с другой стороны, как ракурс, соединяющий идеи эволюции с идеями системного подхода. В этой сфере глобальный эволюционизм позволяет преодолеть ограниченность феноменологического описания развития мира, свойственную классическому эволюционизму, связывая такое описание с идеями и методами системного подхода. Он проявляется как широкое явление научной мысли, обогащенное новыми научными направлениями, является тем универсальным подходом, который дает возможность объединить сложные и

многообразные явления мира в единую целостную систему, раскрывая при этом их взаимодействие и качественные взаимопереходы [161, с. 14–15].

С позиции инновационности данный подход в последние годы в обучении и воспитании привлекает внимание не только педагогов, но и социологов, философов и психологов. По своему основному смыслу понятие «инновация» относится не только к созданию и распространению новшеств, но и к преобразованиям, изменениям в образе деятельности, стиле мышления, который с этими новшествами связан. Инновационность – это прежде всего открытость, проницаемость для иного, отличного от собственного мнения, именно в готовности и умении отнестись к своей позиции не как к единственно возможной и истинной, способность координировать свою точку зрения с другими и не рассматривать ее как ведущую [413, с. 103–106].

В аспекте креативности и творчества данный подход взаимообусловлен реализацией идей креативной педагогики как науки творческого обучения, целевая установка которой состоит в том, чтобы преобразовать учебное заведение в творческий процесс. Креативная педагогическая технология обучения с позиции философско-методологического основания креативной дидактики ориентирует систему профессионального образования на инновационный подход к обучению (А.Г. Алейников [10], Ю.Г. Круглов [224], В.В. Попов [224] и др.).

Инновационное (или креативное) обучение в отличие от традиционного создает новый тип образовательно-воспитательного процесса, который основан на следующих основных положениях:

1. Целевая установка (в первом случае – формирование знаний, умений, навыков, во втором – развитие способности самостоятельно ставить и отыскивать решения новых нестандартных проблем, создавать в ходе проектной деятельности новые продукты – проекты).

2. Преобладающий тип и характер взаимоотношений (в первом случае – субъект-объектный, во втором – субъект-субъектный).

3. Характер и стиль взаимодействия (в первом случае – авторитарность, монологичность, закрытость, во втором – демократичность, диалогичность, открытость, рефлексивность).

4. Методы обучения (в первом случае – иллюстративно-объяснительные, информационные, во втором – проблемные, проблемного изложения, частично-поисковые, эвристические, исследовательские).

5. Ведущий тип деятельности, осваиваемый обучающимся (в первом случае – репродуктивный, воспроизводящий, во втором – продуктивный, творческий, проблемный).

6. Способы усвоения (в первом случае – заучивание, деятельность по алгоритму, во втором – поисковая деятельность, рефлексия).

7. Функции преподавателя (в первом случае – носитель информации, хранитель норм и традиций, пропагандист предметно-дисциплинарных знаний, во втором – организатор сотрудничества, консультант, управляющий поисковой работой обучающихся).

8. Позиция обучающегося (в первом случае – пассивность, отсутствие интереса, отсутствие мотива к личностному росту, во втором – активность, наличие мотива к самосовершенствованию, наличие интереса к деятельности) [3; 459].

Данный подход в контексте информационной составляющей заключается в том, что при изучении любого объекта, процесса или явления в природе и обществе в первую очередь выявляются и анализируются наиболее характерные для них информационные аспекты, которые существенным образом определяют их состояние и развитие. Осознание основной роли информации в природе и социальных явлениях и стало причиной появления нового фундаментального

метода научного познания, который получил наименование информационного подхода. Информационный подход можно рассматривать как дальнейшее развитие метода системного подхода, которое дает ученому новые возможности для исследования сложных объектов, процессов и явлений в природе и обществе на основе использования общих свойств и закономерностей проявления информационных процессов [202].

В аспекте педагогической инноватики инновационно-технологический подход взаимообусловлен внедрением инноваций (нововведений), которые, в свою очередь, являются наиболее оптимальным средством повышения эффективности образования. Инновация в этом контексте означает новшество, новизну, изменение. Применительно к педагогическому процессу – это введение нового во все компоненты педагогической системы – цели, содержание, методы, средства, формы обучения и воспитания, организация совместной деятельности учителя и учащихся, их методическое обеспечение. Данный подход к обучению или воспитанию означает введение и использование педагогических инноваций: целенаправленные изменения, вносящие в образовательную среду новшества, улучшающие характеристики отдельных частей, компонентов и самой образовательной системы в целом; процесс освоения новшества (новые средства, методы, технологии, программы и т. д.); поиск новых методик и программ, их внедрение в образовательный процесс и творческое переосмысление [484].

Подготовка профессиональных кадров происходит сегодня в сложной и многоаспектной социально-экономической обстановке, которая в значительной степени детерминирует направленность и содержание профессиональных интересов и потребностей студенческой молодежи. В период развития социальных отношений, перехода к новым видам экономики, когда Россия находится в прогрессирующей динамике, в поиске социально-нравственных приоритетов и характеризуется нестабильностью, начинает актуализироваться

вопрос о способности индивида, в частности, студента, взять на себя ответственность за свое будущее, сделать определяющий выбор. Динамично меняющиеся условия жизни, реалии настоящего и нацеленность молодежи и социума на будущее в значительной степени определяют поиск новых технологий образования, формируют соответствующий социальный заказ, влияют на различные структурные подсистемы и сферы, связанные с профессиональной подготовкой в вузах [475].

В ракурсе данного подхода формирование физической культуры студентов взаимообуславливается нарастающим ускорением научного и технологического прогресса, связанным с информатизацией общества на всех уровнях, происходящим в настоящее время. Усиливается роль интеллектуальной деятельности, ядром которой становится творческая, креативная и инновационная составляющие [98].

Такой подход ориентирован на изменение в характере воздействия труда на человека и его отношение к самому себе, вызывая потребность в универсальности, стремлении к всестороннему развитию личности. Формирование физической культуры должно стать органической потребностью индивида в своем физическом совершенстве, вызываемой не только нуждами практики, но и культуры в целом. Роль ее должна увеличиваться и определяться не только повышенными требованиями со стороны социума, но и возрастающими индивидуальными запросами обучающихся. В свою очередь, если ранее труд и физическая культура требовали от человека преимущественно развития физических качеств [91, с. 81–82], то современная профессиональная и физкультурная деятельности предполагают гармоничное, основанное на синергии, сочетание этих качеств с рядом способностей психического, интеллектуального, в том числе и инновационного порядка [93].

Данное утверждение совпадает с тенденцией возрастания индивидуальных потребностей людей, которая проявляется с течением времени все острее, характеризуется усилением качественных требований к ним. Основной закономерностью их развития является постоянное возвышение в их структуре познавательных, эстетических, нравственно-этических, культурно-просветительских, креативных и других интеллектуальных потребностей, творческой и инновационной деятельности людей. Таким образом, в связи с развитием информационных технологий, все более возрастающие возможности широкого и более качественного удовлетворения культурных потребностей в различных сферах жизнедеятельности человека являются постоянно действующими факторами социального развития. Они меняют перспективу мышления и понимания физической культуры личности. В свою очередь, выявление взаимосвязи формирования физической культуры и научно-технического прогресса с возвышением потребностной сферы индивида, который включает в аспекте нашего исследования информационные и мобильные технологии, имеют самое непосредственное отношение к использованию инновационных средств, методов и форм физической культуры в профессиональной подготовке.

На основе положений инновационно-технологического подхода нами выявлен один из ключевых принципов мобильного обучения: *динамичности и доступности мобильного образования*, определяющий необходимость периодического обновления содержания контента и приведения его в соответствие с инновационными образовательными процессами и изменениями в научно-техническом, экономическом и социокультурном развитии [203, с. 16].

Этот принцип предусматривает целесообразное осуществление нововведений, внедрение инноваций, нетрадиционных систем и методов, ориентированных на постоянное динамичное развитие, способность к

обновлению, открытость новому, для формирования физической культуры личности. Формирование физической культуры личности на основе использования мобильных устройств (гаджетов, телефонов, планшетов, аудиоплееров и т. п.) и разработки к ним мобильного образовательного-воспитательного контента позволит преодолеть увеличивающийся с каждым годом разрыв между системой образования и молодежью, которой необходимо адаптироваться к новым условиям жизни. В этом аспекте следует отметить научные исследования В.А. Куклева [232; 233], С.В. Титовой [455] и John Traxler [557], в которых детально разрабатываются мобильные технологии. В свою очередь, данные инновационные технологии, внедренные в образовательно-воспитательный процесс, позволят образовательным учреждениям благодаря активизации темпа своих внутренних перемен соответствовать стремительно меняющейся жизни. Данный принцип обязывает подходить к изучению педагогических явлений и профессионально-педагогической подготовке как к находящимся в постоянном изменении, как к моменту на траектории непрерывного развития, ведущей в будущее. Одно из основных требований – познавать и организовывать педагогический процесс с учетом требований времени.

Данный принцип, с одной стороны, реализуется на идеях педагогики мобильного обучения, концептуальная основа которой заключается в преодолении противоречия между потребностями современной молодежи в организации образовательно-воспитательного процесса, реализующегося на заинтересованности подростков в системном познании, с помощью нетрадиционных средств и форм обучения в любое время независимо от местоположения, в контексте нашего исследования – мобильного обучения, с применением портативных гаджетов, с другой стороны, традиционной системы образования в вузе, которая не готова обеспечить эти нововведения.

Следует отметить основные характеристики и критерии реализации этого принципа: интерактивность (реализация обратной связи), мобильность (независимость от местоположения и времени), модульность (дифференциация траектории обучения по разделам программы), гибкость (самостоятельное планирование места и продолжительности обучения), эволюционность (совершенствование подходов к обучению в зависимости от научно-технического процесса), рентабельность (экономическая эффективность), информативность (одновременное обращение к многочисленным источникам), технологичность (использование новейших технологий), равномерность (размеренность предоставления информации для обучения), социальность (возможность обучаться всем слоям населения) и т. п. [1, с. 112].

Таким образом, исследуемые нами подходы образуют единую методологическую систему многоуровневого характера, послужили основой построения структурной модели формирования физической культуры студента гуманитарного вуза в образовательном пространстве гуманитарного вуза. В этом контексте основными направлениями формирования физической культуры студентов выступают: культурологический подход, системно-деятельностный и личностно-ориентированный, компетентностный и инновационно-технологический подходы.

Эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении принципа культуросообразности, синергии интеллектуального и деятельностного составляющих физкультурной деятельности, самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности, индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности, интегративности содержания, развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности.

Мобильность обучения в физкультурной подготовке студентов достигается педагогом при обеспечении доступности мобильных технологий каждому обучающемуся, генерализации учебной информации, перевода виртуальной в реальную физкультурную деятельность, интенсивного физкультурного самосовершенствования с помощью мобильных устройств, персонифицированности физкультурной подготовки.

Это способствует достижению интегративного результата – формированию физической культуры студентов. В свою очередь, различные аспекты знания, выявленные на основе историко-педагогического анализа становления теоретико-методологических основ физической культуры (медико-биологические, психологические, педагогические, философские, социологические, профессионально-интегративные, культуроведческие), обуславливают формирование физической культуры через основные компоненты (мотивационный, деятельностный, когнитивный).

Таким образом, методологическая основа базируется на культурологическом подходе, системно-деятельностном и личностно-ориентированном, компетентностном и инновационно-технологическом подходах. Теоретическая основа – на научно-теоретических знаниях в области физической культуры: медико-биологических, педагогических, психологических, философских, социологических, профессионально-интегративных и культуроведческих.

В данном параграфе выявлены методологические основания исследования, базирующиеся на разработке концептуальных подходов и принципов, системном знании о физической культуре, которые составляют научную платформу для разработки концепции, модели и методики профессиональной подготовки, которые способствуют формированию физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

1. Анализ системного изучения формирования физической культуры обучающихся позволил обеспечить целостное понимание современного состояния проблемы и научно обоснованное определение дальнейших перспектив ее решения. Исторический экскурс на основе анализа научной литературы и диссертационных исследований позволил условно выделить три периода развития проблемы формирования физической культуры обучающихся: период зарождения (вторая половина XIX – начало XX века), становления (первая половина XX – конец XX века) и интеграции (конец XX века – до настоящего времени). Системное изучение формирования физической культуры, которое в первую очередь предполагало аналитическое представление ее исторического становления, позволило обеспечить целостное понимание современного состояния проблемы и научно обоснованное определение дальнейших перспектив ее решения. Историко-педагогический анализ проблемы формирования физической культуры позволил определить ключевые тенденции: комплексность в контексте разработки теоретических аспектов знания (медико-биологические, психологические, педагогические, философские, социологические, профессионально-интегративные и культуроведческие); междисциплинарность в аспекте выявления характера и тенденций исследований по названной проблеме, ключевое из которых основано на том, что процесс формирования физической культуры студентов приобретает все более межпредметный характер; осознание как части общей культуры и как базового, необходимого профессионально-личностного качества будущего специалиста.

2. На основе изучения научной литературы определен категориальный аппарат исследования, состоящий из следующих дефиниций, создающих целостное понимание процесса формирования физической культуры студента:

- культура как совокупность созданных человеком материальных и духовных ценностей, творческой деятельности, совокупность человеческой деятельности и уровень информационного состояния отдельного человека, благодаря которому существует социальная организация в обществе;

- физическая культура как часть общей культуры, процесс и результат человеческой деятельности, накопленное в процессе жизнедеятельности человечеством достояние, содержащее в себе: часть образа жизни людей, общественную и человеческую деятельность, совокупность материальных и духовных ценностей, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей;

- физическая культура студента как интегративное личностное образование, характеризующееся комплексом трех взаимосвязанных компонентов, которые формируются на основе физкультурной деятельности: «физическая» – деятельностный (телесный) компонент; «культура» – мотивационный (мировоззренческий) компонент «студента» – когнитивный (интеллектуальный) компонент.

- физкультурная деятельность как двигательная и интеллектуальная деятельность, основанная на воздействии телесного и духовного начал человека, направленная на формирование физической культуры;

- мобильное обучение студента как обучение, основанное на возможности получать или предоставлять учебную информацию любого формата на персональные мобильные устройства независимо от местоположения;

- педагогика мобильного обучения как специальная отрасль педагогики, раскрывающая закономерности развития личности в процессе мобильного обучения и образования в течение всей жизни независимо от места и времени на основе дистанционных технологий, с помощью мобильных и портативных устройств, реализованная в условиях создания новых форм познания и

менталитета, характеризующаяся мультимедийностью, структурированностью, доступностью, модульностью и интерактивностью.

Формирование физической культуры студента – будущего педагога – в целом можно представить как единство освоения физической культуры, включающей взаимосвязь трех компонентов, и нового элемента содержания феномена «формирование студента – будущего педагога» – социального компонента, выраженного в созидании «новых» культурных социальных ценностей, представленных, в нашем исследовании, в частности, как мобильное обучение, основанное на реализации идей педагогики мобильного обучения.

3. Методологическая основа исследования базируется на культурологическом подходе, системно-деятельностном и личностно-ориентированном, компетентностном и инновационно-технологическом подходах. Теоретическая основа – на научно-теоретических знаниях в области физической культуры: медико-биологических, педагогических, психологических, философских, социологических, профессионально-интегративных и культуроведческих.

Эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении принципа культуросообразности, синергии интеллектуального и деятельностного составляющих физкультурной деятельности, самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности, индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности, интегративности содержания, развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности.

Мобильность обучения в физкультурной подготовке студентов достигается педагогом при обеспечении доступности мобильных технологий каждому обучающемуся, генерализации учебной информации, перевода виртуальной в реальную физкультурную деятельность, интенсивного физкультурного

самосовершенствования с помощью мобильных устройств, персонифицированности физкультурной подготовки.

Выявленные для исследования методологические подходы, образующие единую систему многоуровневого характера, послужили концептуальной основой формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения. Разработанные методологические основы исследования, базирующиеся на разработке концептуальных подходов и принципов, системном знании о физической культуре, составляют научную платформу для разработки концепции, модели и методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения.

СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА

2.1. Концепция формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения

Концепция (лат. *conceptio* – понимание) трактуется в педагогической науке как система идей, выводов о закономерностях и сущности педагогического процесса, принципах его организации и методах осуществления, построенная на определенной теоретико-методологической основе и обобщении современного передового педагогического опыта, в том числе и собственного, экспериментально проверенного [198].

Концепция формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения представляет собой авторское представление реализации данного процесса и содержит элементы:

- ведущую идею концепции и основные понятия исследования;
- ядро концепции, состоящее из закономерностей и принципов формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения, выявленных на основе анализа теоретико-методологических оснований;
- содержательно-смысловое наполнение, представленное моделью процесса формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения.

В основе концепции формирования физической культуры студентов положена идея о целостности и взаимообусловленности всех сфер: физической, интеллектуальной, профессиональной, духовно-нравственной, творческой подготовки.

Концепция раскрывается через следующие идеи:

- основными направлениями формирования физической культуры студентов выступают: культурологический подход, системно-деятельностный и личностно-ориентированный, компетентностный и инновационно-технологический подходы;
- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении принципа культуросообразности, синергии интеллектуального и деятельностного составляющих физкультурной деятельности, самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности, индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности, интегративности содержания, развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности;
- мобильность обучения в физкультурной подготовке студентов достигается педагогом при обеспечении доступности мобильных технологий каждому обучающемуся, генерализации учебной информации, перевода виртуальной в реальную физкультурную деятельность, интенсивного физкультурного самосовершенствования с помощью мобильных устройств (смартфонов), персонифицированности физкультурной подготовки;
- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении следующих педагогических условий: организация образовательного пространства гуманитарного вуза на основе интеграции трех синергетически взаимосвязанных подпространств: учебное, внеучебное (социокультурное) и информационное (медиа); реализация педагогики мобильного

обучения; научно обоснованное управление процессом формирования физической культуры студентов.

В аспекте культурологического подхода концепция формирования физической культуры студентов базируется на идее о необходимости целостного формирования в высшей школе физической культуры студента по следующим уровням: методологическом в аспекте интеграции подходов; теоретическом, определяя совокупность понятий, закономерностей, которые в процессе своей конкретизации выражаются в принципах формирования физической культуры студентов; практическом, обеспечивая разработку методики формирования физической культуры, посредством усвоения опыта физкультурной деятельности в вузе с помощью интеграции учебных дисциплин и самостоятельной деятельности студентов на основе реализации мобильного обучения. В ракурсе выявленных в исследовании взаимодополняющих методологических подходов определены следующие концептуальные положения:

- на основе системно-деятельностного подхода формирование физической культуры студента должно осуществляться как единство системы категорий общества, природы, человека и культуры, взаимообусловленности совокупности общих, частных и специфических условий эффективности формирования физической культуры, содержание учебного предмета «Физическая культура» и дисциплин физкультурно-формирующего цикла в гуманитарных вузах, специальные образовательные модули которых полноценно обеспечивают и дополняют теоретический курс, должно быть структурировано согласно концептуальным линиям непрерывной физкультурной деятельности, состоящей из интеллектуальной и физической составляющей;

- в аспекте инновационно-технологического подхода эффективность процесса формирования физической культуры студента будет достигаться на основе взаимодействия мировоззренческого (мотивационного),

интеллектуального (когнитивного), двигательного (деятельностного) и социального (мобильные технологии) компонентов посредством усвоения опыта физкультурной деятельности в вузе на основе интеграции учебных дисциплин и инновационных технологий, представленных мобильным обучением;

- на положениях компетентностного подхода, которые обуславливают необходимость в процессе обучения студентов вузов формировать у них физическую культуру как базовое профессионально-личностное качество специалиста, в аспекте разработки и совершенствования физкультурной компетентности, реализуемой в контексте мобильного обучения;

- на основе личностно-ориентированного подхода выявлена необходимость преобразования учебно-воспитательного процесса вуза в единый процесс, направленный на формирование физической культуры каждого обучающихся в аспекте индивидуализации и дифференциации обучения с помощью мобильных технологий, внедрения национально-регионального компонента содержания обучения и использования нетрадиционных систем физических упражнений.

Ядром концепции формирования физической культуры студентов как результата теоретико-методологического анализа составляют выявленные: закономерности и тенденции, представляющие собой комплекс объективно существующих, значимых и устойчивых связей данного процесса с воздействующими на него внешними факторами, оказывающими непосредственное влияние на эффективность его реализации; принципы как исходные положения, определяющие общую организацию, содержание, формы и методы взаимодействия преподавателей и студентов в процессе формирования физической культуры.

Следует отметить, что закономерности и тенденции в нашем исследовании – это объективно существующие, необходимые и систематически повторяющиеся связи между явлениями процесса формирования физической культуры,

характеризующие его поступательное развитие. К ним можно отнести следующие наиболее существенные, которые имеют с педагогической точки зрения более общий характер:

- зависимость результативности профессиональной подготовки студентов от социальных приоритетов, в соответствии с которыми современному обществу нужны активные, здоровые, психо-физически развитые, творчески мыслящие и действующие личности, способные осуществлять созидательную физкультурную деятельность в будущей профессиональной деятельности и пропаганде здорового образа жизни;

- зависимость формирования физической культуры студентов от сложности социально-экономических условий жизни общества, существования различных взглядов на проблему внедрения инновационных технологий, таких как мобильное обучение в профессиональную подготовку вуза;

- зависимость продуктивности процесса формирования физической культуры студентов от научно и дидактически обоснованного использования педагогических и информационных технологий, включающих мобильное обучение и мобильного контента в сети Интернет;

- зависимость эффективности формирования физической культуры студента от процесса саморазвития и самоформирования личности обучающегося в активной, личностно-значимой физкультурной деятельности параллельно с усвоением содержания физкультурного образования при направляющем педагогическом воздействии в условиях субъект-субъектного взаимодействия с использованием мобильных технологий и образовательного контента сети Интернет;

- тенденция усиления междисциплинарных связей между учебными предметами, предполагающей реализацию интеграции курса «Физическая культура» с дисциплинами профессиональной подготовки на основе выявления

связеобразующих элементов содержания в целях формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения;

- изменение целевой ориентации высшего профессионального образования в аспекте физической культуры на целостное формирование физической культуры студентов на основе мобильного обучения;

- переход от массовых, коллективных форм обучения студентов к индивидуальным и мобильным, на основе информационных технологий, к развитию психо-физических способностей на основе самообразования, саморазвития, самосовершенствования;

- обращение к научным стратегиям креативной психологии и инновационной педагогики на основе учёта отечественного и международного научно-педагогического наследия;

- ускорения совершенствования физкультурной деятельности от исполнительства к культуротворчеству с помощью реализации мобильного контента сети Интернет.

Физическая культура студента – интегративное личностное образование, характеризующееся комплексом трех взаимосвязанных компонентов, которые формируются на основе физкультурной деятельности: «физическая» – деятельностный (телесный) компонент; «культура» – мотивационный (мировоззренческий) компонент; «студента» – когнитивный (интеллектуальный) компонент.

Также следует обратить внимание на то, что суть взаимообусловленности обозначенных выше компонентов (биологического и социального, двигательного и интеллектуального) заключается в том, что формирование телесного (двигательного) компонента связано с воздействием на физические кондиции человека путем развития его физических способностей посредством системного освоения и технологически оправданного применения физических упражнений с

помощью мобильного обучения. В свою очередь, в реализации интеллектуальной составляющей физической культуры основу должны составлять приобретение специальных знаний и методик их применения, организации процесса самосовершенствования, самоформирования и самообразования на основе мобильного обучения.

Здесь важно сделать акцент на том, что связующим звеном в процессе формирования двигательного, интеллектуального и духовного компонентов физической культуры студента, является организованно развиваемая человеком способность к мировоззренческому, телесному и образовательному самосовершенствованию с помощью дополнительной составляющей, важной для целостного формирования физической культуры студента. Формирование этого феномена реализуется во взаимодействии с четвертым компонентом – социальным, актуальным для современной молодежи, реализованным на идеях педагогики мобильного обучения. Содержательные составляющие мобильного обучения в контексте формирования физической культуры студентов направлены на развитие:

- мотивационного компонента с помощью реализации мобильного аудио обучения, основанного на разработке интегративного аудио спецкурса, содержательной составляющей которого является теоретическая подготовка по учебным дисциплинам «Физическая культура» и физкультурно-формирующего цикла, и организации виртуальных спортивных состязаний;

- деятельностного компонента на основе разработки мобильного консультационного и тренировочного обучения, реализуемого с помощью авторских мобильных приложений для портативных мобильных устройств и специализированного авторского сайта в сети Интернет для физкультурно-спортивной деятельности и развития физических качеств (быстроты, ловкости, выносливости, силы и гибкости);

- когнитивного компонента с помощью мобильного корректирующего и контролирующего обучения, основанного на реализации специальных классификаций мобильных приложений, расположенного в сети Интернет для поэтапного формирования физкультурной компетентности, которая включает в себя уровни обученности (знание, понимание, применение, анализ, творчество и оценка).

Таким образом, важно подчеркнуть, что формирование физической культуры студентов в вузе невозможно без организации целенаправленной деятельности, в рамках нашей работы – физкультурной деятельности, реализованной на основе инновационных технологий, которые должны модифицироваться с течением времени для удовлетворения потребностей современной молодежи, а именно реализации заинтересованности в системном познании, в контексте нашего исследования – мобильного обучения.

Эта аксиома актуальна в XXI веке, так как изменения в технологиях приобретают четко нарастающий характер. В связи с этим внедрение мобильных технологий в образовательно-воспитательный процесс вуза позволит соответствовать научно-техническому прогрессу и более эффективно воздействовать на основные компоненты физической культуры студента, что в конечном счете будет содействовать целостному и системному формированию физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

2.2. Компоненты физической культуры студентов

Актуальность рассмотрения вопросов соотношения социального, биологического и культурного для изучения телесности как социокультурного феномена создает необходимость решения вопроса о соотношении основных

категорий концепции: общества, природы, человека и культуры [176]. В этом аспекте, как существенная методологическая база для осмысления сущности физической культуры обучающихся, в нашем случае – студентов, важна аксиоматика, по И.М. Быховской. По ее теории, на каждом из пространств (природном, социальном и культурном) человеческое тело должно находиться под началом соответствующих законов (природы, общества и культуры) и взаимодействовать с иными элементами системы (природной средой, образовательным пространством, культурными канонами). Личность в этом ракурсе совершенствуется и предстает не в одной плоскости, а в трех своих ипостасях: природное тело, в частности, биологическое тело индивида, находящееся в зависимости от законов развития живого организма, существования и функционирования; социальное тело как результат взаимодействия телесного начала с социальной средой; культурное тело как продукт культуросообразного совершенствования, формирования и использования телесного начала [62; 63].

Особое внимание в аспекте нашего исследования целесообразно уделить феномену «культурное тело». Образно оно является завершением процесса перехода от природно-телесной стороны к собственно человеческому, а именно не только социально-функциональному, но и к личностному аспекту [536].

Таким образом, можно заключить, что для эффективности формирования физической культуры студентов необходимо четко определить ее компонентный состав и содержание его показателей для целенаправленного воздействия и организации методики.

В современный период в связи со сложностью и неоднозначностью феномена «физическая культура» существуют различные подходы и мнения к выявлению ее компонентного и критериального состава. Содержание их согласуется в целом с рассмотренными выше концепциями физической культуры,

а именно как с процессом культурного развития, совершенствования и взаимосвязи с духовностью, а также целенаправленной организации и управления жизнедеятельностью людей [316].

В своих исследованиях Л.И. Лубышева выявляет как базовые компоненты физической культуры обучающихся интеллектуальный, социально-психологический и двигательный. Автор в своих исследованиях в качестве основополагающего принципа своей концепции физкультурного образования в вузе выдвигает единство мировоззренческого, интеллектуального и телесного аспектов физической культуры, обуславливающих тесную взаимосвязь и взаимозависимость в развитии духовной, чувственно-эмоциональной, интеллектуальной и физической сфер человека [256, с. 6–7].

Рассматривая содержание феномена «физической культуры студента», М.Я. Виленский отмечает, что необходимо гармоническое и взаимодополняющее единство физического и интеллектуального компонентов на всем жизненном пути личности. Если оно оптимально, то человек достигает значительных высот в своем развитии. Если же это не наблюдается, если развитие умственных сил и способностей идет в отрыве от совершенствования физических способностей, если физическое развитие намного опережает умственное, то, как правило, и сам человек, и общество не имеют возможность целостного формирования всестороннего развития личности [76]. Ученый определяет основные составляющие физической культуры личности: знания и интеллектуальные способности (объем, осознанность, умения и научность), физическое совершенство (физическое развитие, двигательные умения и навыки, контроль сознания, физическая подготовленность), мотивационно-ценностные ориентации (интересы, установки, убеждения потребности), социально-духовные ценности (нравственность, эстетика, мировоззрение, отношение к труду, мировоззрение, здоровый образ жизни), физкультурно-спортивная деятельность

(самосовершенствование, пропаганда, инструкторская, спортивная, прикладная, судейская и организаторская деятельность).

В.Г. Щербаков в исследовании, направленном на структурирование физической культуры, детально выявляет следующие компоненты:

- мотивационно-ценностный (осознание здоровья как ценности, ради достижения которой следует прилагать усилия, его приоритетной зависимости от образа жизни; понимание значимости знаний, умений, навыков, средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, профессионально-личностного развития; убеждение в необходимости здорового стиля жизни);

- операциональный (владение системой теоретических и операциональных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих организацию и реализацию здорового стиля жизни, самопознания, физического совершенствования);

- эмоционально-волевой (адекватная эмоционально положительная оценка своего образа жизни; чувство ответственности за свое здоровье; сознательное преодоление трудностей, возникающих в процессе овладения ценностями физической культуры и здорового образа жизни; эмоционально-волевая регуляция поведения);

- практико-деятельностный (компетентная готовность к повседневному здоровому стилю жизни, продуктивному общению, регулярной физкультурно-спортивной деятельности, систематичному самопознанию, развитию психических, физических, личностных качеств и функционального состояния организма в соответствии с требованиями жизнедеятельности, будущей профессии, сохранения здоровья, адекватность самооценки) [477, с. 38].

Раскрывая содержание физической культуры, В.К. Бальсевич выявляет в ее структуре три основные составляющие: знания (физкультурная образованность),

двигательные достижения и мотивация к двигательной активности. Все перечисленные элементы системы физической культуры личности имеют тесную взаимосвязь и определяют содержание физкультурного воспитания [24].

В своих исследованиях Т.В. Скобликова показывает, что физическая культура является составной частью учебно-воспитательного процесса высшей школы, выступает как неотъемлемая его подсистема и определяется как планируемый и особым образом организуемый процесс, который инструментально выражается в целенаправленном развитии всех его подструктур: мотивационной (развитие потребности в формировании ценностей здорового образа жизни, в физическом совершенствовании, а также мотивов и направленности личности на саморазвитие в сфере физической культуры); когнитивной (практико-ориентированная система знаний и умений физического и профессионального саморазвития); деятельностной (достижение определенной физической кондиции через индивидуально-ориентированную и личностно значимую физическую активность как предпосылку развития устойчивых привычек здорового образа жизни) [409].

А.О. Аяшев и В.А. Пономарчук акцентируют внимание на разработке физической культуры через следующие компоненты: потребностный, связанный с мотивационно-потребностной сферой; образовательный, объединяющий уровень знаний, умений и навыков; аксиологический, касающийся ценностно-ориентационной сферы [22].

На основе выявления совокупности операционной, мотивационно-ценностной, социально-духовной и практико-деятельностной составляющих физической культуры личности основывает свою педагогическую технологию Г.М. Соловьев. Исследователь уточнил, что основная составляющая интересующего нас феномена – образовательная, дающая возможность

преимущества переключения с физического воспитания на физическое самовоспитание, самосовершенствование [426].

Н.В. Барышева в докторском исследовании научно обосновала и экспериментально подтвердила эффективность организационно-педагогической системы развития физической культуры обучающегося, системообразующий компонент которой является системная цель развития физической культуры. Автор отметила, что указанная выше цель инструментально выражается в целенаправленном развитии всех ее подструктур: мотивационной (развитие потребности в физическом совершенствовании, формирование ценностей здорового образа жизни, а также мотивов и направленности личности на ее саморазвитие в сфере физической культуры); когнитивной (целостная практико-ориентированная система валеологических знаний и умений физического саморазвития); деятельностной (достижение физической кондиции через личностно-значимую и индивидуально-ориентированную физическую активность личности как предпосылка развития устойчивых привычек здорового образа жизни) [30].

Оригинально представляет компонентные составляющие физической культуры в своем исследовании В.А. Петьков. Выявленная им интегративная структурно-функциональная, иерархическая модель физической культуры обучающегося представлена взаимосвязанными мотивационно-ценностным, когнитивным, операциональным, творческо-деятельностным и диагностическим компонентами, в состав которых входят составляющие отдельных свойств, качеств, опыта личности, «Я»-концепция выступает в качестве управляющего механизма системы. Автор вводит в научный оборот многочисленное количество понятийно-категориальных определений: эмерджентность, синергетизм, резонанс, биосоциальный статус и т. п. [344].

В своей докторской диссертационной работе, посвященной физической культуре обучающихся ГПС МЧС России, С.С. Аганов выявляет три компонента формирования физической культуры: мотивационный (потребности, мотивы, эмоции, чувства, интересы, ценности, волевые действия, знания, убеждения, профессиональная направленность и т. п.), деятельностный (познание, саморазвитие, самовоспитание, здоровый образ жизни, судейство, агитационная инструкторская, профессиональная деятельность и т. п.) и результирующий (умения, навыки, физическая подготовленность и развитие, практический опыт, физическое мастерство и т. п.) [4].

Н.Х. Хакунов в своем докторском исследовании «Формирование физической культуры личности в учебных заведениях разного типа» подчеркивает структурные компоненты физической культуры и их содержательные признаки:

- когнитивный компонент, отражающий знания в области физической культуры, физического воспитания, профессионально-прикладной физической подготовки;
- мотивационно-ценностный, раскрывающий отношение студентов к занятиям физическим воспитанием как важной составляющей профессиональной подготовленности;
- деятельностный, отражающий физкультурно-спортивную деятельность в процессе профессиональной подготовки и за ее пределами, а также их физическое совершенство [481].

Для целостного анализа интересующего нас феномена необходимо изучить явления, которые взаимосвязаны с ним. Так, в своем научном труде В.Н. Соловьев характеризует компонентный состав дефиниции «культура здоровья личности»: когнитивно-мотивационный, эмоциональный, когнитивно-волевой. Ученый детализирует критерии и их показатели: когнитивный (понимание сущности

культуры здоровья, пополнение знаний о духовном и социальном здоровье личности, осознание здоровья и культуры как общечеловеческих ценностей), мотивационный (осознанное проектирование жизненных устремлений, определяющих образ жизни, валеологическое поведение, обуславливающее здоровый образ жизни), эмоциональный (эмоциональная устойчивость, преодоление трудностей и психических состояний на эмоционально-положительном фоне), коммуникативно-деятельностный (проявление коммуникативной толерантности, поисковая активность, наличие и объем знаний по культуре общения, удовлетворение оптимального двигательного режима) и волевой (стремление к саморазвитию, самосовершенствованию и самовоспитанию, волевая регуляция поведения, преодоление трудностей в достижении поставленных целей) [425].

В своих исследованиях В.Н. Соловьев заостряет особое внимание на двух факторах. Первый – образование в области физической культуры как базовый компонент и процесс формирования физической культуры должен носить непрерывный уровневый характер, начало этому должно быть положено в дошкольном возрасте. Второй – педагогическое воздействие на мотивационную составляющую физической культуры студента. Он отмечает, что в процессе подготовки студентов к воспитанию физической культуры необходимо влиять на мотивацию, побуждающую к физкультурной деятельности, и способствовать активному их включению в данную деятельность. Ученый определил мотивационную структуру личности и механизмы взаимодействия. Первый из них заключается в сознательном педагогическом воздействии непосредственно на мотивацию через убеждение, разъяснение, стимуляцию внутренней работы по самосознанию, переосмыслению себя и окружающей действительности. Второй представляет собой воздействие на личность через перестройку ее социальной

микросреды, сферы и условий деятельности с последующей перестройкой мотивации [425, с.123].

В исследованиях зарубежных научных деятелей (Brandon L. Alderman [521], Aaron Beighle [521], Chantal Amade-Escot [523], Cothran D. J. [524], Kevin Morgan [535], Ishee Jimmy H [531], Lorraine Cale [539], Richard Lawrence [549], Robert P. Pangrazi [521], Dean Michael Ravizza [527], Kenneth D. Brubaker [534], Noak H. [545], Zan Gao [560]) особое внимание уделяется формированию мотивационного и ценностного компонентов при организации физического образования подростков в различных учебных заведениях. Dean Michael Ravizza и Ishee Jimmy H. в своем исследовании подчеркивают особую важность развития интереса и ценностного отношения к физическим упражнениям как наиболее приоритетную задачу для преподавателей физического образования.

Таким образом, выполнив системный анализ представлений о структуре физической культуры обучающихся в научной литературе, мы определили ее компонентный состав и содержание показателей для целенаправленного воздействия и разработки экспериментальной методики.

Физическая культура студента – интегративное личностное образование, основанное на интеграции трех взаимосвязанных элементов содержания и ее компонентов:

1. Мотивационный компонент физической культуры студента отражает потребность в физкультурной деятельности, включая интеллектуальную и двигательную составляющие, и характеризует уровень удовлетворенности результатами этой деятельности, их принятие и приложение волевых усилий для дальнейшего формирования. Этот компонент состоит из совокупности:

- физкультурно-ориентированного мировоззрения;
- мотивационно-ценностного отношения к физической культуре;
- эмоциональной удовлетворенности при физкультурной деятельности.

2. Деятельностный компонент физической культуры студента определяется уровнем развития физических и психических качеств, функционального состояния организма в соответствии с оптимальными требованиями жизнедеятельности и готовности к профессиональной деятельности. Представленный компонент состоит из совокупности:

- психического показателя;
- физического показателя;
- оздоровительного (функционального) показателя.

3. Когнитивный компонент физической культуры студента раскрывает степень овладения студентами знаниями и практическими умениями в сфере физической культуры, т. е. физкультурной компетентностью, а также степень включения личности в целостную систему здорового образа жизни и его отдельные элементы, готовность к его реализации и пропаганде. Этот компонент состоит из совокупности:

- операционного показателя;
- рефлексивно-оценочного показателя;
- поведенческого показателя.

На основе вышеизложенных положений можно сделать вывод, что в данном параграфе детально определен и структурирован компонентный состав формирования физической культуры студента, основанный на выявлении комплекса индивидуальных показателей, что, в свою очередь, содействует процессу разработки стратегии формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

2.3. Критерии и уровни сформированности физической культуры студентов

В XXI веке в связи с активизацией научно-технического прогресса изменяется характер труда, место и роль человека в системе современного производства, что не обходит стороной и педагогическую деятельность в образовательных учреждениях. Решающую роль начинают играть преимущественно не физические усилия человека, а его способность решать сложные эвристические задачи, искать и находить оптимальные варианты технологических процессов и организационных структур, управлять ими. Современный специалист должен обладать: устойчивостью к неблагоприятным факторам деятельности, способностью прогнозировать развитие и резкую изменчивость ситуации, уметь быстро реагировать на изменения, модифицируя структуру действий, иметь навыки осуществления деятельности в условиях дефицита времени, обладать способностью к принятию оптимальных решений и их реализации в необычных и экстремальных условиях, работоспособностью на пределе человеческих возможностей, эмоциональной устойчивостью и еще многими другими качествами [463].

В современных прогрессивных видах производства и сферах обслуживания человек реализует в процессе труда не только физические, но и свои эмоциональные, психические и в целом интеллектуальные возможности. В связи с этим ему необходимы разнообразные способности, он должен быть многосторонне подготовлен к профессиональной деятельности и физически, и эмоционально, и психически, и интеллектуально по всей совокупности своих человеческих сил и способностей. Таким образом, студенту – будущему педагогу – необходимо гармонично развивать себя для профессиональной деятельности.

На основе вышеизложенного содержание показателей сформированности физической культуры студента должно включать в себя единство мировоззренческих, эмоциональных, поведенческих, оздоровительных, функциональных, психических и интеллектуальных характеристик.

В аспекте нашего исследования физическая культура студента как системное образование представляет собой единство трех взаимосвязанных составляющих, направленных на оптимальную реализацию в различных видах педагогической деятельности:

- физкультурного мировоззрения, мотивационно-ценностного отношения и эмоциональной удовлетворенности в физкультурной деятельности, что соответствует мотивационному компоненту физической культуры студента;
- физической, психической и функциональной развитости, что обуславливает деятельностный компонент физической культуры студента;
- физкультурной компетентности, включенной в содержание когнитивного компонента физической культуры студента.

Методология системного анализа дает возможность рассмотреть феномен физической культуры студента не только со стороны ее структурных компонентов и показателей, но и со стороны критериально-уровневых отношений и зависимостей.

Наличие психолого-педагогических эталонов, норм, правил, которым должна удовлетворять физическая культура студента – будущего педагога, делает возможным измерение сформированности культуры. Проблема измерения физической культуры студента связана с проблемой критериев и уровней ее сформированности. Критерий (греч. *kriterion* – средство для суждения) – это признак, на основании которого производится оценка, суждение. Критерии интересующего нас феномена определяются нами исходя из системного понимания содержания культуры, выделения ее структурных компонентов,

трактовки ее как качественной характеристики формирования физической культуры студента, становления его физических, психических и функциональных кондиций.

Предлагаемая нами система критериев оценки уровня сформированности физической культуры студента, проявляющаяся в конкретных признаках, была разработана на основе теоретико-экспериментальной работы и мнений экспертов, в роли которых выступали преподаватели вузов, методисты и студенты.

Сформированность ключевых показателей компонентов формирования физической культуры студентов свидетельствует об определенном уровне ее развития. Выступая основными критериями, данные показатели характеризуются совокупностью признаков, являющихся в исследовании поэлементными показателями формирования физической культуры студентов.

Остановимся на детальном описании выявленных нами показателей сформированности структурных компонентов физической культуры студентов.

К показателям и критериям мотивационного компонента физической культуры студента мы относим:

- физкультурно-ориентированное мировоззрение: наличие физкультурно-ориентированного сознания, показатель сформированности физкультурно-оздоровительной потребности;
- мотивационно-ценностное отношение к физической культуре: сформированность мотивации к физкультурной деятельности, показатель заинтересованности в физкультурной деятельности, наличие в ней осознанной необходимости;
- эмоциональный показатель: эмоциональная готовность к физкультурной деятельности, уровень развития эмоционального состояния при физкультурной деятельности, показатель эмоционального комфорта при физическом напряжении.

К показателям и критериям деятельностного компонента физической культуры студента мы относим:

- психический показатель: оптимальный уровень нервно-психической готовности к профессиональной деятельности, выраженный в наличии адекватной самооценки, как условие профессионального совершенствования, стойкости к эмоциональному истощению и стрессоустойчивости;
- физический показатель: уровень развития силы, показатель быстроты, уровень развития выносливости, функциональный показатель ловкости, уровень сформированности гибкости;
- оздоровительный (функциональный) показатель: уровень соматического здоровья, основанный на оценке адаптационного потенциала, как количественного показателя здоровья.

К показателям и критериям когнитивного компонента физической культуры студента мы относим:

- операционный показатель: физкультурно-оздоровительные знания, понимание и владение физкультурно-оздоровительных знаниями, навык применения в практической деятельности физкультурно-оздоровительных знаний;
- рефлексивно-оценочный показатель: способность к анализу физкультурно-оздоровительного умения, мастерство и творческое применение физкультурно-оздоровительных способностей, системная способность к оцениванию и корректировке результатов творческого применения физкультурных навыков;
- поведенческий показатель: уровень физкультурного образа жизни, сформированность и ведение здорового образа жизни студентов.

Обобщенный фактический материал позволил описать три уровня формирования физической культуры студента в зависимости от степени проявления критериев и показателей.

Осуществим описание уровней определенных нами показателей сформированности структурных компонентов физической культуры студентов (Таблица 1).

Таблица 1

**Критериально-уровневый аппарат
формирования физической культуры студента**

Низкий	Средний	Высокий
1	2	3
МОТИВАЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ		
МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ		
У студента не проявляется ценностная потребность к физкультурной деятельности и в целом процессу формирования физической культуры	Проявляется у обучающегося интерес и потребность, осознает социальную значимость и необходимость формирования физической культуры, активно участвует в дискуссиях и обсуждениях по формированию физической культуры обучающихся	У респондента выявляется активное физкультурное мировоззрение через убежденность в идее о невозможности нормальной жизнедеятельности и эффективной профессиональной деятельности без занятий физической культурой
МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ		
Характерно пассивное отношение к физкультурной деятельности. Присутствует внешняя незначительная мотивация к физическому напряжению или фиксируется ее полное отсутствие. Приоритетно наличие мотивов долженствования (административный – получение зачета)	Определено нейтральное отношение к физкультурной деятельности. Присутствует внешняя положительная мотивация к физическому напряжению. Приоритетно наличие внешних мотивов (коммуникативные, статусные, эстетические и т. д.)	Свойственно положительное отношение к физкультурной деятельности. Присутствует внутренняя мотивация к физическому напряжению. Приоритетно наличие внутренних мотивов (оздоровительные, воспитательно-творческие, профессионально-прикладные и т. д.)

1	2	3
ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ		
Проявляются позитивные, стенические эмоции при физическом напряжении на занятиях физической культурой, проявляются положительные или нейтральные эмоции после физкультурной деятельности, в целом эмоциональность в контексте самочувствия, настроения и активности отвечает положительному (гипертимному) или нейтральному полюсу.	Выявляются нейтральные эмоции при физическом напряжении на занятиях физической культурой, проявляются отрицательные или противоречивые нейтральные эмоции после физкультурной деятельности, в целом эмоциональность в контексте самочувствия, настроения и активности отвечает нейтральному или отрицательному полюсу.	Характерны позитивные, стенические эмоции при физическом напряжении на занятиях физической культурой, проявляются положительные или нейтральные эмоции после физкультурной деятельности, в целом эмоциональность в контексте самочувствия, настроения и активности отвечает положительному (гипертимному) или нейтральному полюсу
ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ КОМПОНЕНТ		
ПСИХИЧЕСКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ		
Проявляется низкий уровень стрессоустойчивости с низкой самооценкой, сильно выраженным напряжением, низким или средним уровнем агрессивности в отношениях. У студента наблюдается отсутствие должной мотивации к реализации профессиональной деятельности, возможны стрессовые ситуации.	Наблюдается средний уровень стрессоустойчивости, адекватная (средняя) самооценка с умеренно выраженным нервно-психическим напряжением, средним или низким уровнем агрессивности в отношениях. Характерно присутствие должной мотивации студента к реализации профессиональной деятельности.	Характеризуется высоким уровнем стрессоустойчивости, адекватной (средней) или высокой самооценкой, слабо выраженным нервно-психическим напряжением, умеренным уровнем агрессивности в отношениях. У студента наблюдается высокая мотивация к реализации профессиональной деятельности, Психологический фон бывает обычно стабилен.
ФИЗИЧЕСКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ		
Характеризуется низким уровнем физического развития по всем показателям (сила, выносливость, быстрота, ловкость или прыгучесть, гибкость)	Характеризуется средним уровнем физического развития по большинству показателей (сила, выносливость, быстрота, ловкость или прыгучесть, гибкость)	Характеризуется высоким уровнем физического развития по большинству показателей (сила, выносливость, быстрота, ловкость или прыгучесть, гибкость)

1	2	3
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ (ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ) ПОКАЗАТЕЛЬ		
Характеризуется низким уровнем соматического здоровья, основанным на низкой оценке адаптационного потенциала, как количественного показателя здоровья	Характеризуется средним уровнем соматического здоровья, основанным на средней оценке адаптационного потенциала, как количественного показателя здоровья	Характеризуется высоким уровнем соматического здоровья, основанным на высокой оценке адаптационного потенциала, как количественного показателя здоровья
КОГНИТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ		
ОПЕРАЦИОННЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ		
Знание	Понимание	Применение
Студент запоминает и воспроизводит в контексте различных видов содержания – от конкретных фактов до основных понятий и целостных теорий изученный материал в сфере:	Обучающийся способен преобразовывать материал из одной формы выражения в другую. В качестве показателя понимания выступает умение им интерпретации материала (объяснение, краткое изложение) или же предположение о дальнейшем ходе явлений, событий (предсказание последствий, результатов). Обучающийся понимает факты, правила и принципы формирования физической культуры; предположительно описывать будущие последствия, вытекающие из имеющихся данных в контексте:	У респондента проявляется умение использовать изученный материал в конкретных условиях и в новых ситуациях на основе применения правил, методов, понятий, законов, принципов, теорий. Обучающийся умеет использовать в практической деятельности и применяет в конкретных практических ситуациях знания в аспекте:
<ul style="list-style-type: none"> - методов физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, включая нетрадиционные и национальные виды физических упражнений; - основ обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности с учетом региона; - медико-биологических и психологических основ физической культуры, включая национальные особенности этноса. 		
ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ		
Студент не ведет физкультурный и здоровый образ жизни	Студент ведет пассивный физкультурный и здоровый образ жизни, наблюдается умение частично восстанавливать свои силы, наблюдаются средние гигиенические навыки и характерен умеренный режим дня	Активность в ведении физкультурного и здорового образа жизни, проявляется умение организовывать режим деятельности и эффективного отдыха

1	2	3
РЕФЛЕКСИВНО-ОЦЕНОЧНЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ		
Анализ	Творчество	Оценка
Проявляется умение разбить материал на составляющие части так, чтобы ясно выступала его структура. Обучающийся умеет (или частично) выделять скрытые (неявные) предположения; выявлять ошибки и упущения в логике рассуждений; осуществлять разграничения между фактами и следствиями; оценивать значимость следующих данных:	Определяется у студента умение комбинировать элементы так, чтобы получить целое, обладающее новизной (эссе, сочинение, доклад, план действий, схемы, упорядочивающие имеющиеся сведения). Достижение соответствующих учебных результатов предполагает деятельность творческого характера, направленную на создание новых схем, структур. Обучающийся умеет предлагать план проведения какого-либо эксперимента, чтобы составить план решения той или иной проблемы, на основе:	Выявляется умение студентов оценивать значение того или иного материала (утверждения, исследовательских данных, системы физических упражнений и т. д.). Суждения обучающегося основываются на чётких критериях: внутренних(структурных, логических) или внешних (соответствие намеченной цели). Обучающийся умеет оценивать логику построения материала, соответствие выводов имеющимся данным, значимость того или иного продукта деятельности, исходя из внутренних критериев в контексте:
<ul style="list-style-type: none"> - методов физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, включая нетрадиционные и национальные виды физических упражнений; - основ разработки современных педагогических технологий с учетом особенностей образовательного процесса, задач воспитания и развития личности, - медико-биологических и психологических основ физической культуры, включая национальные особенности этноса и способы физического совершенствования организма; - дидактических основ при построении индивидуальных учебно-тренировочных занятий различной целевой направленности с учетом национальных характеристик обучающихся. 		

Таким образом, в данном параграфе выявлен критериально-уровневый аппарат исследования, основанный на показателях, по следующим компонентам формирования физической культуры студента: мотивационный (физкультурно-ориентированное мировоззрение, мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, эмоциональный показатель); деятельностный (психический, физический, оздоровительный показатели); когнитивный (операционный, рефлексивно-оценочный и поведенческий показатели). Обобщенный фактический

материал позволил описать три уровня формирования физической культуры студента в зависимости от степени проявления критериев и показателей: высокий, средний и низкий.

2.4. Модель формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения

Моделирование в образовании имеет два аспекта: моделирование как содержание, которое обучающиеся должны усвоить, и моделирование как учебное действие, средство, без которого невозможно монолитное обучение. Модель (лат. *modulus* – мера, образец) трактуется, с одной стороны, как образ, схема, изображение, описание какого-либо процесса в природе, обществе, т. е. упрощенное, приближенное описание объекта, с другой – как аналог определенного фрагмента природной или социальной реальности. В свою очередь, есть мнения, что модель – это искусственно созданный объект в виде схемы, физических конструкций, будучи подобен исследуемому объекту (или явлению), отображает и воспроизводит в более простом и обобщенном виде структуру, свойства, взаимосвязи и отношения между элементами этого объекта [49].

Моделями образования являются сформированные посредством знаковых систем мыслительные аналоги (логические конструкты), схематично отображающие образовательную практику в целом или отдельные ее фрагменты. Модели образования подразделяются на три вида: описательные, дающие представление о сути, структуре, основных элементах образовательной практики; функциональные, отображающие образование в системе его связей с социальной сферой; прогностические, дающие теоретически аргументированную картину

будущего состояния образовательной практики [447, с. 29]. Главным видом моделирования можно считать мысленный эксперимент, когда исследователь на основе теоретических знаний об объективном мире и эмпирических данных создает идеальные объекты, соотносит их с определенной динамической моделью, имитируя мысленно то движение и те ситуации, которые могли бы иметь место в реальном экспериментировании. Для нашего исследования это было актуально в связи с важностью учета и попытки отразить в построении структурной модели формирования физической культуры студента, так как системная целостность формирования культуры личности заключается в непрерывности развития, идущего, в свою очередь, от цели к результату [463].

Научно обоснованную попытку представить содержание образования как многоуровневую педагогическую модель социального заказа впервые в отечественной педагогической науке предпринял В.В. Краевский. В зависимости от специфических уровней педагогической реальности используются всевозможные модели [218].

В педагогической науке выработаны исходные положения общей модели оптимального функционирования педагогических систем. К составным частям общей модели оптимального функционирования педагогических систем Ю.П. Сокольников относит: 1) обоснование логики выдвижения образовательно-воспитательных задач на основе выделения среди них ведущих и раскрытия их взаимосвязи с другими задачами деятельности воспитателей; 2) выявление и обоснование педагогических условий, необходимых для решения в деятельности коллектива воспитательных задач – при осуществлении логики их выдвижения; наиболее общее, главное и ведущее среди них – оптимальное социальное развитие коллективной деятельности [420]. В педагогическом моделировании чаще всего используются структурно-функциональные модели, при построении которых

объект рассматривается как целостная система, включающая составные части, компоненты, элементы, подсистемы [73, с. 109].

На основе анализа отечественной и зарубежной теории и практики профессиональной подготовки студентов в гуманитарном вузе показано, что вышеназванным закономерностям и принципам может удовлетворять система профессионально-педагогической подготовки, построенная как система организации целенаправленного процесса формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения [464].

Организация такого образовательного процесса невозможна без научно обоснованного моделирования его как системы профессиональной подготовки, так и процесса формирования физической культуры студента. Процесс моделирования состоял из следующих этапов: определение основ модели, построение схемы, получение характеристик каждого элемента схемы. Моделирование процесса формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза осуществлялась посредством конструирования модели, состоящей из целевого, методологического, содержательного, критериального и результативного блоков. Модель формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения представлена на рисунке 1.

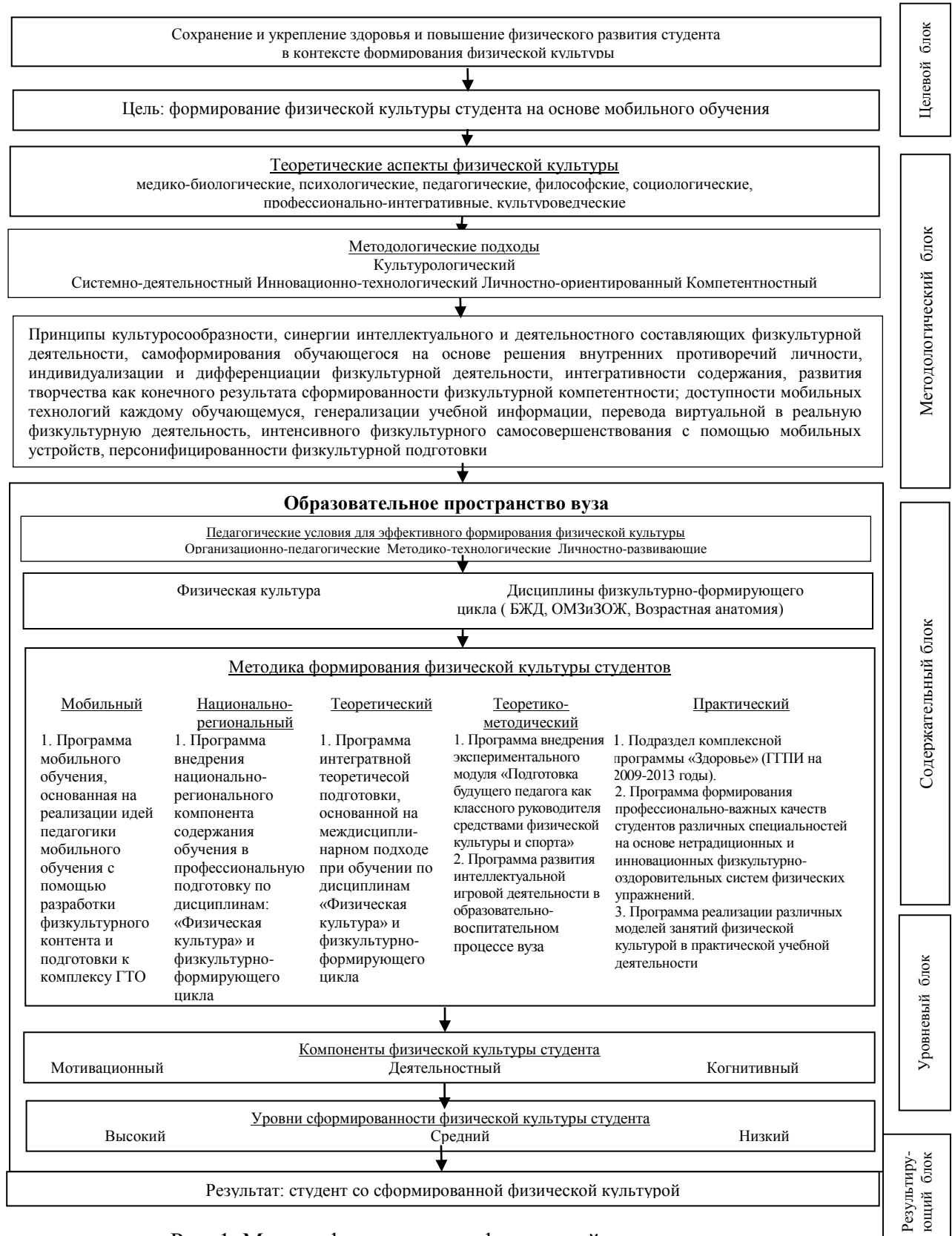


Рис. 1. Модель формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения

Модель отражает систему специфической организации процесса педагогического образования, центральным звеном которой становятся принципы, методологические подходы и авторская методика, обеспечивающие формирование физической культуры студента от низкого до высокого уровня по этапам.

Целевой блок модели уточняет:

- социальный заказ – сохранение и укрепление здоровья и повышение физического развития студента на основе формирования физической культуры;
- цель исследования – формирование физической культуры студента на основе мобильного обучения.

Методологический блок модели показывает:

- процесс формирования физической культуры посредством определения систем теоретических аспектов физической культуры: медико-биологические, психологические, педагогические, философские, социологические, профессионально-интегративные и культуроведческие;
- реализацию методологических подходов к исследованию: культурологический, системно-деятельностный, инновационно-технологический, компетентностный и личностно-ориентированный;
- принципы культуросообразности, синергии интеллектуального и деятельностного составляющих физкультурной деятельности, самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности, индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности, интегративности содержания, развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности, доступности мобильных технологий каждому обучающемуся, генерализации учебной информации, перевода виртуальной в реальную физкультурную деятельность, интенсивного физкультурного самосовершенствования с помощью мобильных устройств, персонифицированности физкультурной подготовки;

- комплекс педагогических воздействий для эффективного формирования физической культуры студента, состоящий из системы взаимообусловленных организационно-педагогических, методико-технологических и частно-специфических условий.

Содержательный блок модели раскрывает:

- основу профессиональной подготовки за счет интеграции содержания учебных дисциплин «Физическая культура» и физкультурно-формирующих дисциплин («Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»),

- методику формирования физической культуры студентов, состоящую из следующих обучающих блоков: мобильный контент, национально-региональное содержание обучения, теоретический, теоретико-методический и практическая подготовка;

Уровневый блок модели показывает:

- компоненты формирования физической культуры студента: мотивационный, деятельностный, когнитивный;

- уровни сформированности физической культуры студента: низкий, средний, высокий.

Результирующий блок определяет результат экспериментальной работы, заключающийся в сформированности физической культуры студента.

Таким образом, в данном параграфе с помощью моделирования образно показан процесс формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения в аспекте определения структурных составляющих и их содержательного наполнения: целевой, методологической, содержательной, уровневой и результирующей.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

1. Разработана концепция формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения в системе профессионального педагогического образования как новое научное обоснование повышения качества профессиональной подготовки.

В основе концепции формирования физической культуры студентов положена идея о целостности и взаимообусловленности всех сфер: физической, интеллектуальной, профессиональной, духовно-нравственной, творческой подготовки.

Концепция раскрывается через следующие идеи:

- основными направлениями формирования физической культуры студентов выступают: культурологический подход, системно-деятельностный и личностно-ориентированный, компетентностный и инновационно-технологический подходы;

- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении принципа культуросообразности, синергии интеллектуального и деятельностного составляющих физкультурной деятельности, самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности, индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности, интегративности содержания, развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности;

- мобильность обучения в физкультурной подготовке студентов достигается педагогом при обеспечении доступности мобильных технологий каждому обучающемуся, генерализации учебной информации, перевода виртуальной в реальную физкультурную деятельность, интенсивного физкультурного самосовершенствования с помощью мобильных устройств, персонифицированности физкультурной подготовки;

- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении следующих педагогических условий: организация образовательного пространства гуманитарного вуза на основе интеграции трех синергетически взаимосвязанных подпространств: учебное, внеучебное (социо-культурное) и информационное (медиа); реализация педагогики мобильного обучения; научно обоснованное управление процессом формирования физической культуры студентов.

2. В исследовании детально определен и структурирован компонентный состав формирования физической культуры студентов. Физическая культура студента как системное образование представляет собой единство трех взаимосвязанных составляющих, направленных на оптимальную реализацию в различных видах педагогической деятельности:

- физкультурного мировоззрения, мотивационно-ценностного отношения и эмоционального комфорта при физкультурной деятельности, что соответствует мотивационному компоненту физической культуры студента;
- физической, психической и функциональной готовности, что обуславливает деятельностный компонент физической культуры студента;
- физкультурной компетентности, обуславливающей когнитивный компонент физической культуры студента.

Выявленные в исследовании компоненты базируются на выявлении комплекса индивидуальных показателей, что, в свою очередь, содействует процессу разработки стратегии формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

3. Определен критериально-уровневый аппарат исследования, основанный на показателях, по следующим компонентам формирования физической культуры студента: мотивационный (физкультурно-ориентированное мировоззрение, мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, эмоциональный

показатель); деятельностный (психический, физический, функциональный показатели); когнитивный (операционный, рефлексивно-оценочный и поведенческий показатели). Обобщенный фактический материал позволил описать три уровня формирования физической культуры студента в зависимости от степени проявления критериев и показателей: высокий, средний и низкий.

4. Создана модель формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения, которая вносит вклад в теорию моделирования сложных педагогических систем. Представленная модель отражает систему специфической организации процесса педагогического образования, центральным звеном которой становятся принципы, методологические подходы и инновационная методика, обеспечивающих формирование физической культуры студента от низкого до высокого уровня по этапам. Модель состоит взаимосвязанных блоков. Целевой блок уточняет социальный заказ и цель исследования. Методологический блок оптимизирующего процесс профессионализации, посредством определения теоретических основ, методологических подходов, принципов, педагогических условий для эффективного формирования физической культуры студентов. Содержательный блок основан на реализации специальной образовательной программы мобильного обучения. Уровневый блок раскрывает структуру формирования физической культуры студентов по компонентам и уровням. Результирующий блок показывает результат экспериментальной работы.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ МОБИЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

3.1. Этапы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза

Теоретико-методологической основой разработанной методики является модель, представляющая сущность процесса формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза. Социальный заказ на подготовку выпускника вуза, обладающего высоким уровнем физической культуры, определяет цель методики – разработку методического обеспечения процесса формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза. Содержание методического обеспечения составляют традиционные учебные материалы (учебные программы, учебно-методические пособия, методические рекомендации, средства самоконтроля и т. п.), отражающие комплекс физкультурных знаний, и нетрадиционные мобильные учебные материалы (аудиокурсы и книги, электронные учебно-методические комплексы и классификации, мобильный контент), отражающие стратегию самостоятельной физкультурной деятельности, обеспечивающие формирование физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Методика формирования физической культуры студентов реализуется на идеях мобильного обучения, представляющей алгоритм взаимодействия преподавателя и обучающегося через мобильное устройство по формированию физической культуры на основе разработки мобильного физкультурного

контента, а также внедрения национально-регионального компонента содержания обучения, различных здоровьесберегающих программ и нетрадиционных систем физических упражнений.

Основными этапами методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза являются: мировоззренческий, деятельностный и творческий. На каждом этапе формирование физической культуры студента осуществлялось по следующим блокам: мобильный, национально-региональный, теоретический, теоретико-методический и практический. Следует отметить, что под этапом мы понимаем промежуток времени, время затрачиваемое на обучение, образование и воспитание человека, в контексте нашего исследования – формирование физической культуры студента [335, с. 50].

Цель мировоззренческого этапа заключалась преимущественно в формировании мотивационного компонента физической культуры студента посредством формирования физкультурного мировоззрения, развития внутренней осознанной мотивации к физкультурному образу и стилю жизни, развития положительных эмоций и эмоционального комфорта при физическом напряжении, использования физкультурно-оздоровительных возможностей образовательного пространства гуманитарного вуза.

Мобильный блок методики формирования физической культуры студентов данного этапа включал в себя внедрение разработанных аудиокурсов в мобильных телефонах и аудиоплеерах для внеаудиторной работы студентов по следующим дисциплинам: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», а также реализацию виртуальных спортивных состязаний по специально разработанной классификации мобильных игр для портативных устройств, находящихся в сети Интернет.

Национально-региональный блок состоял из чтения лекций в контексте следующих модулей: семейные традиции удмуртов в формировании физической культуры; психологические и физиологические особенности удмуртского этноса и народов, населяющих регион; выдающиеся спортсмены, физкультурники и деятели физической культуры Удмуртской Республики.

Теоретический блок мировоззренческого этапа включал в себя лекции по теоретическому интегративному спецкурсу дисциплин: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», ориентированные на изучение валеологии, основ физической культуры и ее аксиологической и культурологической составляющих, физкультурного образа, стиля жизни и здоровьесберегающих технологий на учебных дисциплинах [293]. На данном этапе организована физкультурно-оздоровительная деятельность студентов в рамках комплексной программы «Здоровье» (ФГБОУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт имени В. Г. Короленко» на 2009–2013 годы). Реализация программы осуществлялась с целью формирования вузовского пространства, ориентированного на формирование позитивной культуры, поддерживающей нормы и ценности здорового образа жизни. Задачи, выполняемые в рамках комплексной программы и экспериментальной методики, заключались в следующем: санитарно-гигиеническое просвещение студентов, преподавателей, сотрудников вуза в области культуры здоровья, в том числе профилактики социально-обусловленных заболеваний; формирование устойчивой потребности в здоровом образе жизни студентов и преподавателей; повышение интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Теоретико-методический блок включал в себя организацию вебинаров с ведущими спортсменами и физкультурниками республики и округа. На данном этапе были организованы круглые столы по здоровьесберегающим и

нетрадиционным технологиям физического воспитания, основам мотивационного компонента физической культуры обучающихся. Студенты приняли участие в интернет-обсуждениях по представленной тематике. Для студентов 1 и 2 курсов были организованы физкультурно-оздоровительные мероприятия в рамках программы адаптации «Шаг вперед». В образовательно-воспитательный процесс был внедрен экспериментальный модуль «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта» на дисциплинах «Физическая культура» и на учебных предметах физкультурного здоровье-формирующего цикла. Содержание обучения по данному модулю было ориентировано на изучение правил спортивных игр, основ проведения различных подвижных игр, включая национальные игры народов России, подготовки туристического похода [292].

Практический блок представленного этапа формирования физической культуры студентов состоял из целенаправленных мероприятий по психологической поддержке обучающихся в рамках программы вуза «Адаптация первокурсников». Была осуществлена компьютерная диагностика психофизической готовности обучающихся к будущей профессиональной деятельности и уровня здоровья. Были определены результаты и разработаны индивидуальные рекомендации студентам. Осуществлялось целенаправленное введение обучающихся в образовательное пространство вуза, построенное на интеграции учебной, социокультурной (внеучебной) и информационной составляющих.

Результатом формирования физической культуры студента на данном этапе были определены сформированность физкультурного мировоззрения, формирование мотивационно-ценностного отношения к физическому напряжению, проявление положительных эмоций при физических упражнениях.

Деятельностный этап методики формирования физической культуры студентов посредством использования в образовательном процессе разработанного методического обеспечения предусматривал совершенствование психической и физической готовности к будущей профессиональной деятельности и показателей соматического здоровья.

Мобильный блок методики формирования физической культуры студентов деятельностного этапа включал в себя организацию тренировочного обучения с помощью разработки специального физкультурного контента на мобильных устройствах в контексте созданного сайта в сети Интернет для практической работы студентов по дисциплине «Физическая культура» и подготовки к сдаче нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне».

Содержание национально-регионального блока было ориентировано на интерактивные занятия по следующим образовательным модулям: развитие национальных видов физических упражнений, спортивных и подвижных игр; национальные и региональные праздники как важнейшее средство формирования осознанной потребности обучающихся в ведении физкультурного образа жизни. В рамках практических занятий на данном этапе изучались национальные виды физических упражнений, удмуртские игры, праздники и массовые физкультурные развлечения. Организованы занятия физической культурой на основе дифференциации видов спорта и физкультурной деятельности на основе учета особенностей студентов-удмуртов и обучающихся различных национальностей.

Теоретический блок на деятельностном этапе включал в себя работу со студентами, освобожденными и временно освобожденными от занятий физической культурой. Студенты данной категории подготавливали доклады и статьи для публикации, содержание которых было ориентировано на разработку методик лечебной и адаптивной физической культуры. В рамках научно-исследовательской деятельности студентов в вузе обучающиеся участвовали в

онлайн-форумах. Так, на Международном студенческом форуме на сайте www.rae.ru в обсуждении докладов участвовало 36 студентов, освобожденных от занятий физической культурой (II–IV Общероссийская студенческая электронная научная конференция).

Теоретико-методический блок деятельностного этапа авторской методики включал в себя реализацию программы шахматно-шашечной игровой деятельности в образовательном пространстве вуза. Между студентами на данном этапе проводились состязания по различным видам шашек и шахмат в виртуальном и реальном режиме.

Практический блок изучаемого этапа основывался на реализации авторской программы развития профессионально важных качеств педагогов различных специальностей средствами нетрадиционных и национальных видов физических упражнений. В рамках экспериментального модуля «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта» на дисциплине «Физическая культура» студенты в интерактивном режиме проводили репетиционные физкультурно-спортивные праздники, физкультурные паузы и минутки и т. п.

На данном этапе организована физкультурно-оздоровительная деятельность студентов в рамках комплексной общеузовской программы «Здоровье», ориентированная на выполнение следующих задач: совершенствование учебно-методического и информационно-образовательного обеспечения по вопросам здоровьесберегающих технологий на основе создания единой информационно-пропагандистской системы. Практические занятия в учебное и внеучебное время обучающихся осуществлялись на данном этапе в контексте внедрения специальной программы реализации различных моделей занятий физической культурой в образовательно-воспитательной деятельности.

Результат экспериментальной методики на деятельностном этапе – студент со сформированным деятельностным компонентом физической культуры студента, выраженным в оптимальной развитости: психических и физических качеств (сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость) и уровня соматического и функционального здоровья.

Основной целью, реализуемой на заключительном – творческом этапе, является формирование когнитивного компонента физической культуры студентов посредством активизации здорового и физкультурного образа жизни, применения в практической деятельности содержания физкультурной подготовки и полученных знаний, а также умения оценивать эффективность их применения с учетом внедрения творчества и инноваций.

Мобильный блок методики формирования физической культуры студентов деятельностного этапа включал в себя организацию контролирующего и консультирующего обучения по специально-разработанным для этих целей классификациям мобильных приложений в сети Интернет для мобильных устройств в контексте практической, корректирующей и контрольной работы студентов по дисциплине «Физическая культура».

Национально-региональный блок данного этапа был ориентирован на интерактивные формы обучения в контексте модулей: трудовое воспитание как основа физической подготовки удмуртов; формирование патриотизма и гражданственности средствами физической культуры с помощью СМИ; изучение национального языка в рамках организации физкультурных внеклассных мероприятий. В рамках практических занятий студенты самостоятельно проводили занятия, в содержание которых была включена организация национальных и региональных праздников как важнейшее средство формирования осознанной потребности обучающихся в ведении физкультурного образа жизни.

Реализация содержания теоретического блока методики формирования физической культуры на творческом этапе осуществлялось с помощью организации научной работы со студентами. Обучающиеся, освобожденные или временно освобожденные от занятий физической культурой представляли научные проекты, ориентированные на популяризацию физкультурной деятельности в образовательном пространстве вуза.

Теоретико-методический блок на исследуемом этапе представлен реализацией программы шахматно-шашечной игровой деятельности в педагогическом пространстве вуза. Осуществлены тренинги физкультурных умений и способностей, спецсеминары, вебинары и конференции «Физкультурно-оздоровительная деятельность студента» и «Формирование физической культуры студента», на которых были обсуждены вопросы, касающиеся формирования уровней когнитивного компонента физической культуры будущих педагогов.

Реализация практического блока проходила в следующих направлениях. Первое – реализация авторской программы развития профессионально важных качеств педагогов различных специальностей средствами нетрадиционных и национальных видов физических упражнений. Второе – профессионально-ориентированная часть модуля «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта» на учебной дисциплине «Физическая культура», где студенты на занятиях, ориентированных на творческое выполнение заданий, синтезировали способности, анализировали и оценивали друг друга в проведении занятий. Третье – организация физкультурно-оздоровительной деятельности студентов в рамках комплексной программы «Здоровье», ориентированной на выполнение следующей ведущей задачи на этом этапе: совершенствование существующей в вузе системы мониторинга физического, нравственного, психического здоровья, осуществление

оздоровительной и профилактической работы на основе данных анализа мониторинга.

Результатом экспериментальной методики на творческом этапе стало формирование когнитивного компонента физической культуры студентов, выраженное в ведении здорового и физкультурного образа жизни и во владении и применении в практической деятельности содержания подготовки и полученных знаний, а также в умении оценивать эффективность их применения с учетом внедрения творчества и инноваций.

Следует уделить особое внимание периодизации внедрения мобильного обучения в процесс формирования физической культуры студентов на каждом из этапов. Реализация мобильных технологий строится в соответствии с логикой познавательной деятельности и научной организации взаимодействия педагога и обучаемого в контексте четырех повторяющихся периодов на каждом из выявленных выше этапов. На первой ступени обучающийся учится пользоваться мобильным контентом, выбирает для себя индивидуальную траекторию обучения. На второй стадии студент осмысливает необходимость использования и роль мобильных технологий в процессе формирования физической культуры. Для этих целей в содержании контента предусматриваются вопросы для самотестирования, целью которого является проверка уровня восприятия и освоенности обучаемым самостоятельно изученного материала. Итогом данного мониторинга является сформированность уровня пользования мобильным контентом. На третьей ступени формирование соответствующих способностей работы с мобильным контентом требует реализации не только индивидуальной, но и групповой деятельности при использовании мобильного контента. Групповая работа позволяет совместными усилиями преодолевать возникающие проблемы, обсуждать, помогать друг другу, совместно анализировать, исследовать, искать пути совершенствования. Результатом данного периода является

совершенствование содержания мобильного контента на основе учета модернизации и обновления контента в сети Интернет. На четвертой ступени осуществляется процесс контроля и тестирования, позволяющий оперативно получать сведения о востребованности мобильного контента и его содержательности в процессе нарастания научно-технического прогресса. Итогом данного периода является разработка выводов об эффективности контента на текущем отрезке времени [2, с. 28]. Необходимость представленной периодизации продиктована постоянной модернизацией и усовершенствованием мобильного контента, и авторского и в сети Интернет.

Таким образом, в данном параграфе определены этапы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза: мировоззренческий, деятельностный и творческий. Определены результаты процесса формирования физической культуры студента на каждом из этапов и разработаны структурные компоненты авторской методики и их целостное содержание: мобильный контент, национально-региональное содержание обучения, теоретический, теоретико-методический и практический блоки.

3.2. Реализация национально-регионального компонента содержания образования в авторской методике

Национально-региональный компонент содержания образования в последнее время занимает значительное место в исследованиях проблемы совершенствования педагогических систем. При изучении различных интернет-словарей на предмет изучения трактовки национально-регионального компонента мы выявили наиболее подходящие к проблематике нашего исследования. Так, в энциклопедии «Академик» термин «национально-региональный компонент учебного плана» понимается как «часть содержания образовательного процесса,

отражающая национальное или региональное своеобразие культуры» [306]. В словаре социолингвистических терминов интересующая нас дефиниция дополнена следующим содержанием: «Часть содержания образовательного процесса, которая отражает национальное или региональное своеобразие культуры, особые потребности и интересы в области образования народов нашей страны в лице субъектов Федерации» [199, с. 144]. Следует отметить исследование Л.Х. Цеевой, в котором национально-региональный компонент представлен как системообразующий фактор образования, выступающий как основа преемственности, ее предпосылка и следствие. Автор детализирует понятие и определяет содержание преемственно организованного образовательного процесса в аспекте отражения этнокультурных традиций при широком межкультурном взаимодействии; способность к формированию национального самосознания через уважение к истории народа, его обычаям, ментальности; к особенностям семейного уклада жизни; природе родного края и т. д., выявляет образовательные технологии (национальные игры, театрализация в контексте особенностей национального искусства, диалог, творческая работа, участие детей в элементарной исследовательской деятельности и др.) [486, с. 104].

В контексте внедрения национально-регионального компонента содержания образования на основе реализации Закона «Об образовании» в национальных регионах предложенная компонентная модель оказалась отнюдь не однозначна. Она включает в себе возможности для различных стратегий, в том числе способных вызвать не интеграцию, а, наоборот, дезинтеграцию единого образовательного и культурного пространства России. В некоторых субъектах Российской Федерации стало практиковаться построение содержания образования с приоритетом национально-регионального компонента над федеральным (Башкортостан, Саха-Якутия, Татарстан) [123].

Таким образом, следует отметить, что приоритет национально-регионального компонента над федеральным либо отсутствие к нему должного внимания не способствуют формированию единого культурного и образовательного пространства страны, создают угрозу развитию национальных культур, сохранению региональных культурных традиций и особенностей. В связи с модернизацией системы российского образования также следует обратить внимание на взаимодействие содержательных составляющих данного компонента (региональная и национальная) и на вопрос их оптимального сочетания и интеграции.

В контексте изучения содержания национально-регионального компонента особо значимым является докторская диссертация Т.В. Сафоновой «Концептуальная модель реализации национально-регионального компонента в образовании», в которой автор особое значение придает поляризации терминов «региональный» и «национальный», которая происходит, по ее мнению, в первую очередь по линии воспитательных целей. Если для первого компонента цель видится в формировании гражданского сознания и патриотических чувств, то применительно ко второму целью воспитания становится формирование национального самосознания личности подростка [390, с. 17].

В разработанной автором модели национально-регионального компонента в аспекте исторического образования определены следующие педагогические цели: образовательная (формирование общероссийского кругозора подростков, понимание национальной истории как составной части развития человечества в мировом историческом масштабе, знание этапов исторического пути своего региона, оценки его места в поликультурном российском и мировом историческом пространстве; усвоение прошлого опыта региона в контексте общероссийской и всемирной истории, умение применять полученные знания при изучении национально-регионального компонента истории в учебно-

познавательном процессе и на практике); развивающая (создание при изучении национально-региональной истории условий для максимальной реализации познавательных возможностей учащихся, их саморазвитие на основе интереса к историческому опыту человечества, развитие исторического мышления, умений самостоятельного познания и осмысления прошлого, личностное развитие подростка, моральных и волевых качеств, формирование самосознания и национального самосознания на основе исторического сознания) [101]; воспитательная (создание условий для формирования качеств гражданина и патриотических чувств, ценностно-ориентированной личности, обладающей нравственными качествами, способной к самореализации в условиях современной поликультурной и полиэтнической российской социокультурной ситуации [390, с. 30].

В контексте изучения содержания национально-регионального компонента актуальным, по нашему мнению, является обращение к реализации идей этнопедагогики в учебных заведениях. В этом ракурсе особое внимание стоит уделить научному исследованию Э.И. Сокольниковой, в котором автор экспериментально обосновывает, что выработанные принципы народности и природосообразности должны занять значимое место в воспитании подрастающего поколения [417]. Автор утверждает, что народная педагогическая мудрость и народные воспитательные средства – родное слово, фольклор, национальные традиции, народное искусство – являются тем неисчерпаемым источником, который при его умелом использовании может внести значительный вклад в решение воспитательных проблем, развитие патриотического и гуманистического воспитания обучающихся и в целом в обогащение педагогической науки [419].

В аспекте взаимообусловленности реализации идей этнопедагогики и внедрения национально-регионального компонента содержания образования в

образовательные учреждения особо значимым будет обратиться к научному труду С.Ю. Сенатор [395]. В своем исследовании ученый отмечает необходимость этнопедагогизации воспитательного процесса в учебных заведениях на основе: создания учебных программ и пособий, позволяющих знакомить подростков с традиционной культурой; использование идей народной педагогики воспитания и этнопедагогики в целом с учетом неоднородного состава коллектива группы. В своем исследовании автор показывает необходимость внедрения этнопедагогических инвариантов для формирования гуманных взаимоотношений школьников [396].

На основе изучения научно-методической литературы по внедрению национально-регионального компонента содержания обучения в образовательно-воспитательный процесс учебных заведений Удмуртской Республики и Республики Татарстан (республик, имеющих общую границу и расположенных в одном федеральном округе) и анализа понимания его содержательных основ педагогическими работниками в работе выявлено:

- в реализации национально-регионального компонента содержания обучения в учебных заведениях Республики Татарстан педагогическими работниками и руководством образовательных учреждений сделан акцент на разработке национальной составляющей национально-регионального компонента, что, в свою очередь, позволяет более эффективно развивать национальное самосознание обучающихся (В.Ф. Башарин [32], В.Г. Гайфуллин [97], Л.А. Гафиатуллина [100], Н.М. Гизатуллина [104], Р.З. Закиров [151], З.Г. Нигматов [311], Ф.Л. Ратнер [373], Д.Р. Шарафутдинов [497] и др.);

- в организации национально-регионального компонента содержания обучения в учебных заведениях Удмуртской Республики учителями и преподавателями уделяется существенное внимание реализации региональной составляющей [428], меньшее значение – национальной составляющей

национально-регионального компонента, что, в свою очередь, позволяет менее эффективно развивать национальное самосознание обучающихся (Г.Н. Васильева [65], М.В. Ившина [166], А.М. Касимова [185] и др.).

В связи с выявленными положениями в исследовании определена необходимость включения национально-регионального компонента содержания обучения на основе доминирования национальной составляющей в авторскую методику для эффективного формирования физической культуры студентов - будущих педагогов через возрождение национального самосознания и взаимосвязанных с ним факторов (Т.Ф. Кряквана [226], З.Г. Нигматов [310; 311] и др.).

Под национально-региональным компонентом содержания обучения в нашем исследовании мы понимаем часть содержания образовательно-воспитательного процесса в вузе, отражающую национальные и региональные особенности и выраженную в следующих направлениях обучения:

1. Истоки удмуртского этногенеза и становление Удмуртской Республики.
2. География и культура, включая физическую культуру народов Удмуртии.
3. Важнейшие характеристики удмуртского этноса.
4. Современное состояние, задачи и перспективы удмуртской этнографии и региона, популяризация национального языка.

В рамках реализации методики формирования физической культуры студентов разработаны научно-методические основы внедрения национально-регионального компонента содержания обучения в образовательно-воспитательный процесс гуманитарного вуза. Модель реализации национально-регионального компонента содержания обучения в контексте разработки методики формирования физической культуры студентов показывает взаимосвязь содержания национально-регионального компонента с формированием компонентов физической культуры студентов (Рисунок 2).

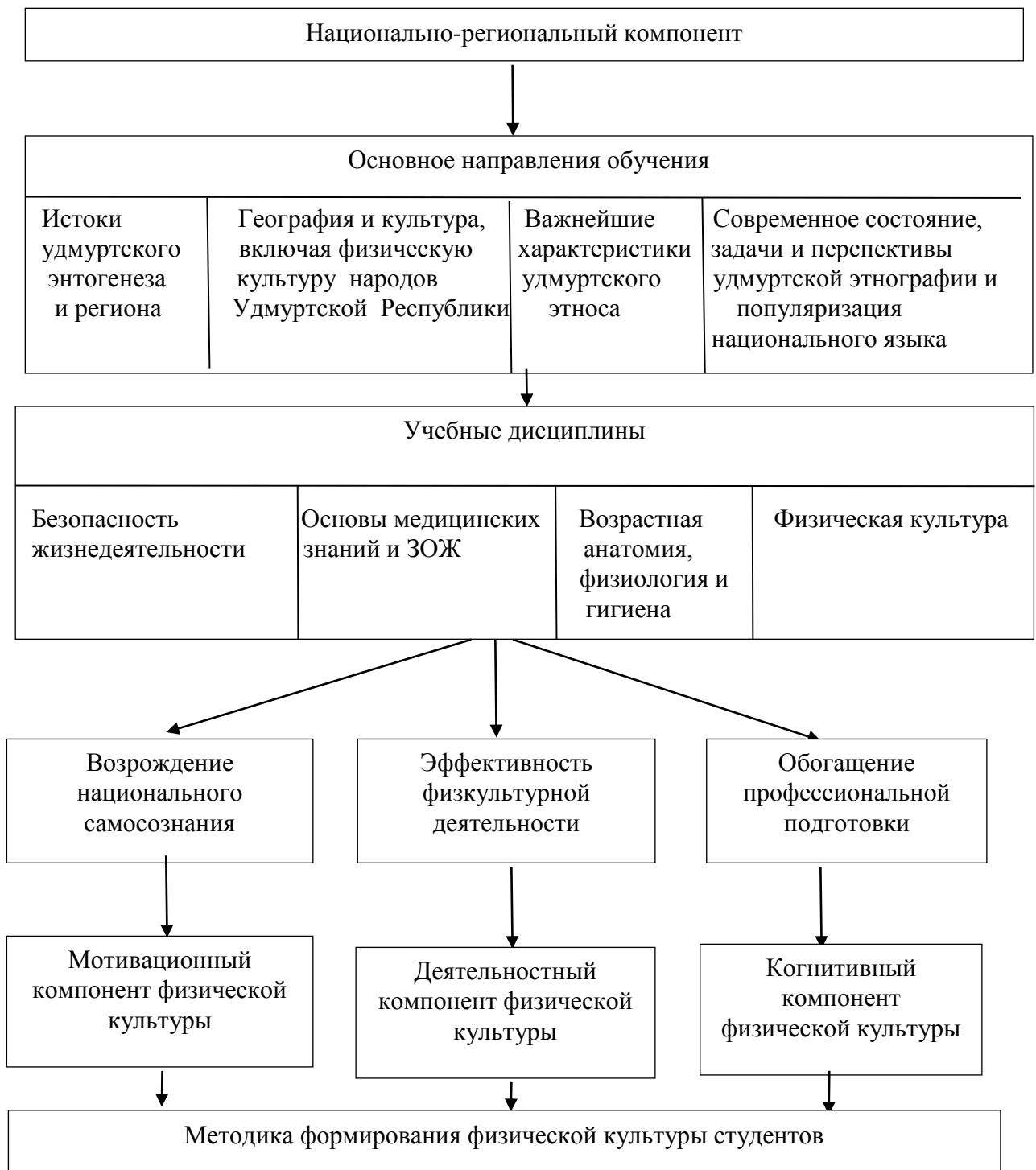


Рис. 2. Модель реализации национально-регионального компонента содержания обучения в контексте разработки методики формирования физической культуры студентов

Внедрение национально-регионального компонента через основные направления, отраженные в модели, в содержание обучения учебных предметов «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» и «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» будет содействовать:

- возрождению у обучающихся национального самосознания;
- эффективности реализации физкультурной деятельности студентов;
- обогащению содержания профессиональной подготовки в вузе.

В свою очередь, выявленные выше положения воздействуют на компоненты физической культуры через содержательное обогащение авторской методики, тем самым содействуя эффективности целостного процесса формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

На основе разработки модели реализации национально-регионального компонента определено содержание национально-регионального компонента в контексте формирования физической культуры студентов, реализованное на теоретических занятиях специального интегрированного курса и практических занятиях учебного предмета «Физическая культура» следующими основными обучающими теоретическими и практическими модулями:

1. Трудовое воспитание как основа физической подготовки удмуртов.
2. Психологические и физиологические особенности удмуртского этноса и народов, населяющих регион.
3. Развитие национальных видов физических упражнений, спортивных и подвижных игр.

4. Национальные и региональные праздники как важнейшее средство формирования осознанной потребности обучающихся в ведении физкультурного образа жизни.

5. Семейные традиции удмуртов в формировании физической культуры.

6. Формирование патриотизма и гражданственности средствами физической культуры с помощью СМИ.

7. Изучение национального языка в рамках организации физкультурных внеклассных мероприятий.

8. Выдающиеся спортсмены и деятели физической культуры Удмуртской Республики.

В рамках отдельных занятий с обучающимися особое внимание уделялось информации о трудовом воспитании как основе физического воспитания в различные исторические периоды по темам: «Особенности трудового воспитания как основа физической подготовки народов Удмуртской Республики», «Трудовое воспитание в физическом развитии удмуртов в конце XVIII – начале XIX века», «Значение трудового воспитания в физической подготовке детей-удмуртов на рубеже XIX и XX вв», «Роль семьи в физическом воспитании детей на современном этапе» [80; 174].

По модулю «Психологические и физиологические особенности удмуртского этноса и народов, населяющих регион» были детально изучены следующие темы: «Финно-угорский этнос», «Этнопсихологические особенности финно-угорских народов», «Учет этнопсихологических и физиологических особенностей в нравственно-физическом воспитании» [80; 116; 326; 482].

В аспекте изучения модуля «Развитие национальных видов физических упражнений, спортивных и подвижных игр» были изучены разнообразные народные игры как средство нравственно-физического воспитания, а также воздействие на формирование физической культуры народного фольклора. Были

изучены следующие темы: «Понятие о народных играх», «Роль национальных игр в физическом воспитании» «Национальные игры удмуртов», «Народные игры в календарно-обрядовых праздниках», «Игры народов Удмуртии» [116; 292; 427; 491].

При изучении содержания модуля «Национальные и региональные праздники как важнейшее средство формирования осознанной потребности обучающихся в ведении физкультурного образа жизни» было сконцентрировано внимание на роли календарно-обрядовых праздников народов Удмуртии в физическом воспитании подрастающего поколения. В рамках изучения данного модуля предлагались следующие темы: «Зимние календарно-обрядовые праздники удмуртов», «Весенние календарно-обрядовые праздники», «Летне-осенние календарно-обрядовые праздники народов Удмуртии» [116; 326; 505].

Для изучения семейных традиций удмуртов в формировании физической культуры были разобраны следующие темы: «Понятие о семейных традициях», «Семейные традиции удмуртов», «Свадебный обряд», «Обряд рождения ребенка», «Проводы в армию», «Ритуалы удмуртов». В основе разработки данных тем преподавались основы семейных традиций, которые включают в свое содержание множество понятий: взаимоотношения членов семьи, ритуальные обряды и обычаи, празднование религиозных и современных праздников. При изучении тем особое внимание было уделено особенностям традиций каждого народа, населяющего Удмуртскую Республику [80; 116].

В основе изучения модуля «Формирование патриотизма и гражданственности средствами физической культуры с помощью СМИ» преподавались следующие темы: «Республиканские газеты и журналы», «Патриотическое, физическое воспитание на страницах республиканских СМИ», «Удмуртские теле- и радиопередачи в пропаганде здорового образа жизни», «Роль Интернета в физическом воспитании» и т. д. При изучении данных тем особое

внимание было уделено важной роли общества и разнообразных средств массовой информации в формировании патриотизма, гражданственности и положительного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни [80; 326].

В рамках модуля «Изучение национального языка в рамках организации физкультурных внеклассных мероприятий» были предложены следующие темы: «Знакомство. Удмуртский этикет», «Финно-угры», «Удмуртская Республика. Символика», «Организация и проведение этнопоходов», «Национальные праздники народов, проживающих в Удмуртской Республике» и т. д. В данных темах была подчеркнута роль разговорного удмуртского языка в проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий. Данный курс направлен на популяризацию языка, обучение разговорному удмуртскому языку через изучение методики проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий – этнопоходов, спортивных состязаний, национальных игр. Для активизации учебного материала предусматривается использование различных ситуаций и ролевых игр [116; 185; 326; 482].

При обучении по модулю «Выдающиеся спортсмены и деятели физической культуры Удмуртской Республики» студенты получили информацию в аспекте следующих тем: «Тренеры Удмуртии», «Спортсмены Удмуртии – заслуженные мастера спорта и мастера спорта международного класса», «Чемпионы и призеры мира среди ветеранов и инвалидов», «Спортсмены Удмуртской Республики – чемпионы и призеры Олимпийских игр», «Заслуженные работники и отличники физической культуры» и т. д. [427; 491].

Таким образом, разработка и внедрение национально-регионального компонента содержания обучения в образовательно-воспитательный процесс вуза через формирование компонентов физической культуры студентов дополняет авторскую методику и содержательно обогащает профессиональную подготовку студента.

В аспекте формирования мотивационного компонента физической культуры студента внедрение национальной и региональной составляющей обучения в экспериментальное исследование позволяет развивать национальное самосознание обучающихся, тем самым целостно формируя системное физкультурное мировоззрение.

С точки зрения формирования деятельностного компонента физической культуры студентов разработка национально-регионального компонента при учете этнических характеристик и географии региона содействует совершенствованию функциональных, психических и физических качеств обучающихся различных национальностей.

В ракурсе формирования когнитивного компонента физической культуры студентов практическая реализация профессиональной подготовки на основе изучения национально-регионального компонента содержания образования позволила повысить уровень физкультурной компетентности.

3.3. Содержание методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения

Авторская методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза реализуется по блокам (мобильный, национально-региональный, теоретический, теоретико-методический и практический), по этапам (мировоззренческий, деятельностный и творческий) на основе следующих ведущих экспериментальных программ:

1. Программа мобильного обучения, основанная на реализации идей педагогики мобильного обучения с помощью разработки специального мобильного контента.

2. Программа внедрения национально-регионального компонента содержания обучения в профессиональную подготовку по дисциплинам: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

3. Программа интегративной теоретической подготовки в контексте формирования физической культуры студентов, основанной на междисциплинарном подходе при обучении по дисциплинам «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», читаемый на лекциях и реализованный как мобильный контент для самостоятельного аудиообучения студентов.

4. Подраздел комплексной программы «Здоровье» (ФГБОУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт имени В. Г. Короленко» на 2009–2013 годы, ориентированный на формирование физической культуры студентов через популяризацию физкультурной деятельности обучающихся в вузе и здорового образа жизни всех участников образовательно-воспитательного процесса.

5. Программа внедрения экспериментального модуля «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта» в профессиональную подготовку студентов.

6. Программа формирования профессионально-важных качеств студентов различных специальностей на основе нетрадиционных и инновационных физкультурно-оздоровительных систем физических упражнений.

7. Программа развития шахматно-шашечной игровой деятельности в образовательно-воспитательном процессе вуза.

8. Программа реализации различных моделей занятий физической культурой в практической учебной деятельности.

Далее более детально рассмотрим экспериментальные программы, составляющие основу авторской методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Программа мобильного обучения, основанная на реализации идей педагогики мобильного обучения, с помощью разработки специального физкультурного контента для портативных устройств реализована на основе мобильного контента для формирования физической культуры студентов, по компонентам представлена:

1. С целью формирования мотивационного компонента осуществлена разработка специального мобильного контента для портативных устройств в двух направлениях. Первое – реализован специальный аудиокурс, состоящий из комплекса аудиофайлов в формате MP3 для прослушивания на портативных устройствах, включая мобильные телефоны и аудиоплееры. Аудиокурс направлен на формирование физической культуры студентов и основан на интеграции образовательного содержания учебных предметов «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» для внеаудиторной работы студентов. Материалы курса выложены в сети Интернет на специальном сайте, любой обучающийся может их скачать или поработать с ним онлайн. На рисунке 3 представлен скриншот окна, где располагается интегративный спецкурс, основанный на Примерной программе по физической культуры для вузов [324; 366].

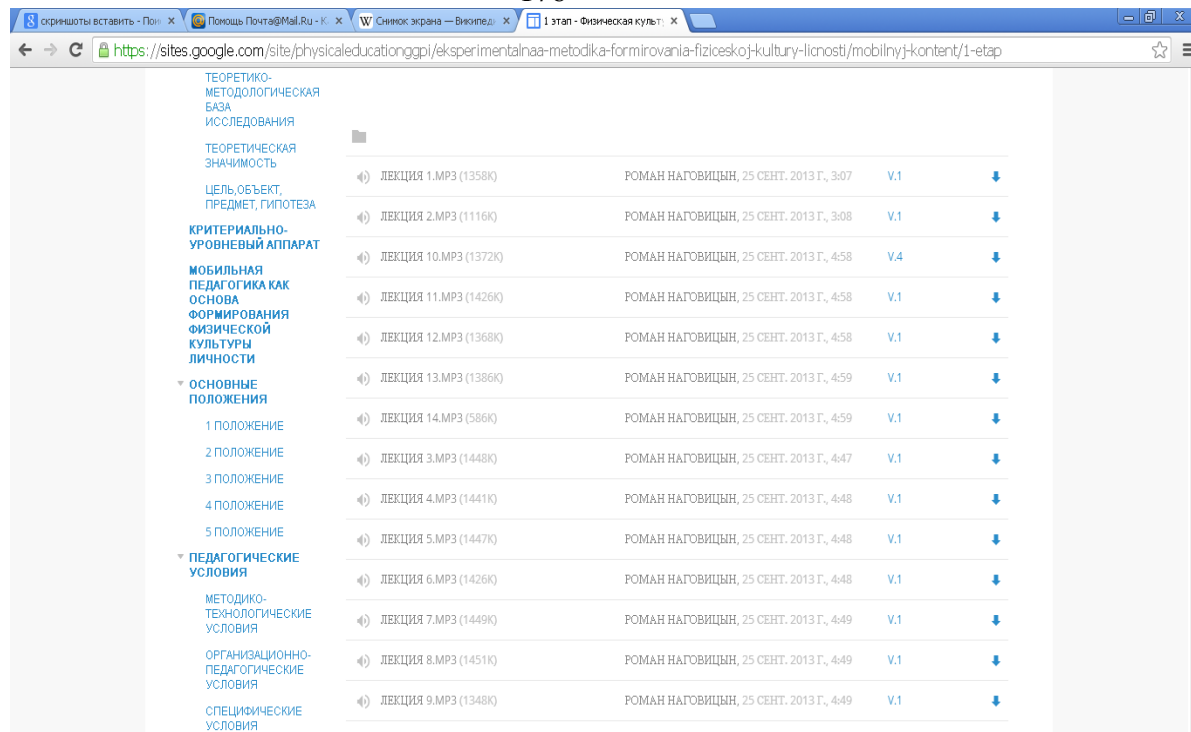


Рис. 3. Окно, предоставляющее информацию о содержании аудиоинтегративного спецкурса в формате МР3 в Интернете

В контексте второго направления разработана специальная классификация мобильных игр для портативных устройств, находящихся в сети Интернет.

Следует отметить, что одним из главных потенциалов информационных технологий, включая мобильные, в контексте образовательной деятельности являются их широкие мультимедийные возможности. В связи с этим большинство пользователей мобильных устройств используют эти возможности для развлечений, связанных с игровыми приложениями. Именно игровой функционал выступает на современном этапе развития мобильных технологий в качестве многих базовых элементов дидактического контента. Мобильные игры наиболее легко воспринимаются и осваиваются молодежью, поэтому их изначальное значение (развлечение, отдых, отвлечение от реальности) должно отходить на второй план. На первый план должны выходить дидактические задачи, а именно

получение знаний об окружающем мире, умение анализировать, находить оптимальные решения и прогнозировать ситуацию. Все это позволяет использовать мобильные игры в образовательно-воспитательных целях, в контексте нашего исследования – для формирования физической культуры студентов [201, с. 14].

Современные игры, по Н.А. Ковалевой, делятся на следующие категории: платформеры, арканоиды, квесты, головоломки-мозаики, пасьянсы, маджонги, match 3 (собери 3 одинаковых) и симуляторы. Приведем еще одну классификацию мобильных игр, предложенную Р.Р. Камаловым [182], в контексте моделирования пространства в различных их типах:

- quest (приключение) – текстовые игры, где общение с компьютером ведется в режиме диалога, характерно множество используемых предметов, которые можно находить, анализировать и т. п., и игровых пространств (пещер, коридоров и т. п.);

- arcade (аркадные игры), в которых можно руководить персонажем с помощью клавиш управления курсором, характерна постановка цели, для достижения которой необходимо собирать предметы, решая более частные задачи и т. п.;

- actions (стрелялки) основаны на действиях, осуществляемых от первого лица, при игре мы видим оружие или руки персонажа, воспринимая игровую реальность его глазами;

- puzzle (головоломки) – ведущей задачей является решение головоломки, ребуса, сборки картинки и т. п., часто с элементами задач по комбинаторике;

- simulator (имитаторы) – с максимальным правдоподобием имитируется реальная ситуация из жизни (управление автомобилем, танком, самолетом, спортивные состязания и т. п.);

- strategy (стратегии) – игры на искусство планирования и ведения военных операций, наиболее распространенный сюжет – играющий в качестве главнокомандующего должен победить в сражении, добывая ресурсы и т. п;

- традиционные игры, к которым относятся шахматы, домино, карты и многие другие, повторяющие соответствующие игры в реальности [182, с. 78].

Следует отметить, что для нашего исследования особое внимание уделяется выбору и анализу игр из разделов приключений, аркадных игр, стрелялок и имитаторов при ключевом сосредоточении на последнем. Эти игры лучшим образом имитируют двигательную активность, мотивируя играющего к подражанию действиям героя игры в реальном мире на основе переноса физических упражнений. Мобильные игры повышают уровень познания, самообразования, увеличивают мотивацию к учебной, в контексте нашего исследования – физкультурной деятельности, предоставляют новые возможности для творчества, обретения и закрепления различных профессиональных навыков [460, с. 78]. Мобильная игра в сфере физической культуры и спорта – это имитация реальной двигательной деятельности в спортивной игре (футбол, хоккей, волейбол, баскетбол, подвижные игры, гимнастика, лыжные гонки, биатлон и т. п.) по заданным правилам.

Среди студентов устраиваются специальные виртуальные соревнования по различным видам спорта. Для этого производится специальная подборка мобильных приложений для проведения соревнований. Осуществляется дифференциация обучающихся на группы по предпочтениям и наличию портативных устройств с одинаковыми программными платформами и функциональными возможностями для полноценного турнира. В течение исследовательской работы нами проведены кибер-состязания по шашкам, шахматам, футболу, хоккею с шайбой и скелетону. Также был проведен турнир по боксу и боям без правил. Применение мобильных устройств в виртуальной

спортивной игре позволяет, с одной стороны, замотивировать обучающихся к реальной физкультурной деятельности, с другой стороны, содействует закреплению навыков обучающихся, полученных ими на учебном предмете «Физическая культура».

2. Для развития деятельностного компонента разработан мобильный физкультурный контент, основанный на тренировочном обучении с помощью мобильных устройств, для практической работы студентов по учебной дисциплине «Физическая культура» и самостоятельной работы во внеучебное время (Патент № 2013619563 от 18.06.2013 г.) [296]. Составлено специальное консультационное и тренировочное обучение в мобильных устройствах (мобильные физкультурные приложения) для практической работы студентов по дисциплине «Физическая культура» и самостоятельной работы во внеучебное время. В основе разработки авторского мобильного физкультурного контента лежит процесс программирования на различных языках (Object Pascal, Java и Ruby) для мобильных устройств авторских тренажерных программ. Примеры тренажерных программ (1 серии), разработанных на языке программирования Object Pascal, которые получили государственный сертификат, показаны на рисунках 4 и 5:

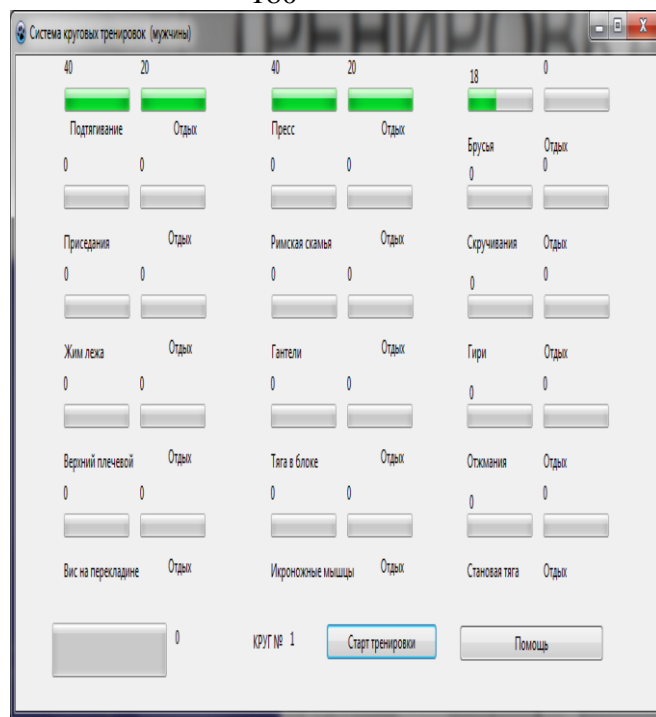


Рис. 4. Элемент окна формы выполнения упражнений тренажерной программы (1.1. серии)

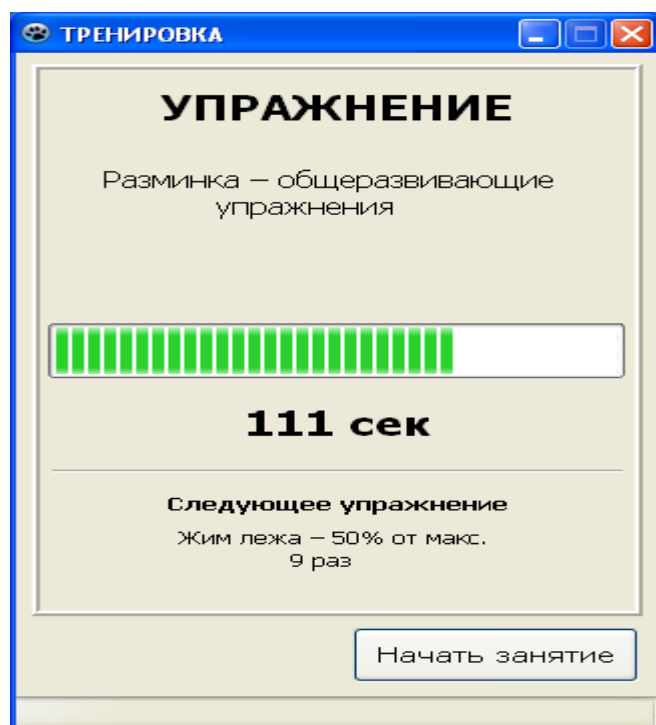


Рис. 5. Элемент окна формы выполнения упражнений тренажерной программы (1.2. серии)

Следует отметить, что представленные виды программ работают на портативных устройствах операционных систем Windows.

Следующей разработкой в рамках научно-исследовательской работы стало программирование мобильных приложений 2 серии на языке Java. В этом аспекте был разработан специальный мобильный контент тренажерной программы «Круговая тренировка» для портативных мобильных гаджетов платформы Android (Рисунок 6).

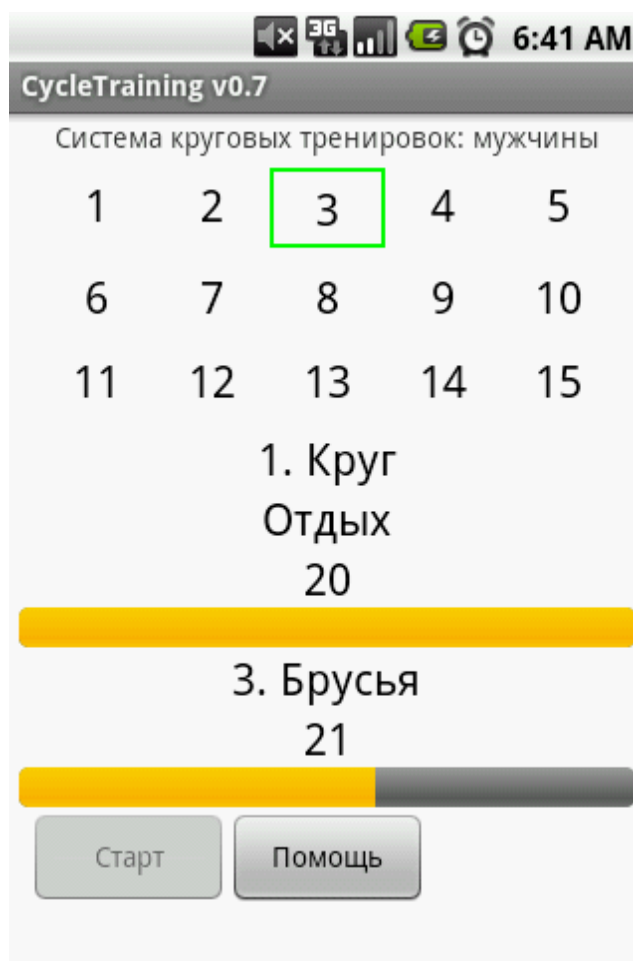


Рис. 6. Элемент окна формы выполнения упражнений тренажерной программы 2 серии для гаджетов платформы Android

В контексте формирования деятельностного компонента был разработан специальный сайт (www.mobile-coach.ru) с тренажерным контентом, запрограммированным на языке Ruby. Данная разработка позволила заниматься физической культурой обучающимся с помощью любых портативных устройств, подключенных к Интернету, включая гаджеты на платформе iOS. Особенностью программы 3 серии является то, что она включает в себя комплекс обучающих программ для интенсификации учебного процесса по следующим направлениям: фитнес (для юношей и девушек), баскетбол, волейбол, легкая атлетика, рукопашный бой, кикбоксинг. Физическое воспитание по данной программе позволяет системно осуществлять физическое развитие студентов, совершенствовать все физические качества обучающихся: силу, гибкость, выносливость, быстроту и ловкость. Образовательно-воспитательный процесс, реализующийся с помощью разработанного мобильного контента, содействует достижению основной цели, поставленной перед физической культурой в учебном заведении, а именно сохранению и укреплению здоровья молодежи, активизации их двигательного режима и формированию здорового образа жизни обучающихся.

Новизна авторской разработки серии мобильных приложений заключается в том, что она основана на строгой регламентации выполнения физических упражнений и отдыха между ними, а также учитывает специфику организации физического воспитания в российских образовательных учреждениях и спортивных клубах. Это отличает ее от мобильного контента в Интернете, который ориентирован на фитнес в элитных клубах и чаще всего предлагает программы консультирующего и контролирующего характера, а не интенсифицирующий тренировочный процесс. Программа находится в свободном доступе в Интернете на специальном сайте. Любой желающий имеет возможность воспользоваться выложенным на нем мобильным контентом. Простота содержания

приложений и действий, обеспечивающих реализацию данной программы, позволяет людям, не имеющим навыков работы с портативными устройствами, заниматься данным видом деятельности.

Следует подчеркнуть, что особое удобство программы, ее уникальность и новизна базируются на следующих основных положениях:

1) методологических:

- программа направлена на системное развитие всех физических качеств подростков, а также учитывает направления подготовки физического воспитания в вузе с учетом положений государственной программы и федерального стандарта;

- программа позволяет заниматься не только фитнесом, но и спортивными играми, легкой атлетикой и единоборствами;

- программа оснащена специальным таймером, на основе которого осуществляется тренировочный процесс с учетом основ физиологии человека, а именно учет сочетания отдыха и нагрузок при реализации различных физических упражнений;

- программа интерактивна, в ее основу входит возможность пользователей создавать индивидуальные системы физических упражнений через специальный сервис в содержании сайта;

2) технологических:

- программа работает в режиме онлайн, нет необходимости ее загружать на портативное устройство;

- программа работает на любых гаджетах с помощью Интернета (Windows, iPad, iPhone, Android гаджеты и т.п.);

- программа продолжает работать и позволяет закончить тренировку обучающимся даже при разрыве связи с Интернетом;

- программа работает без специальной сети для Интернета 3G;

- программа основана на свидетельстве об официальной регистрации программы для ЭВМ (Роспатент).

3) социальных:

- программа ориентирована на простоту использования (после входа на сайт с помощью нажатия трех клавиш возможно начать занятие);

- программа включает в себя систему многообразного контента для занятий физической культурой людей различных возрастных категорий;

- программа рассчитана на занятие не только одного человека, но и позволяет осуществлять процесс в паре и группе;

- программа имеет специальную функцию, которая позволяет заниматься в индивидуальном режиме, а именно досрочное переключение с одного упражнения на следующее;

- программа оснащена специальным, удобным в использовании, консультационным окном при выполнении упражнений, в котором детально показаны все текущие физические упражнения и технические действия (игровые виды), которые выполняет пользователь.

На скриншотах ниже представлен алгоритм действий для организации занятий по физической культуре на основе использования авторского мобильного контента (Рисунки 7, 8, 9 и 10).

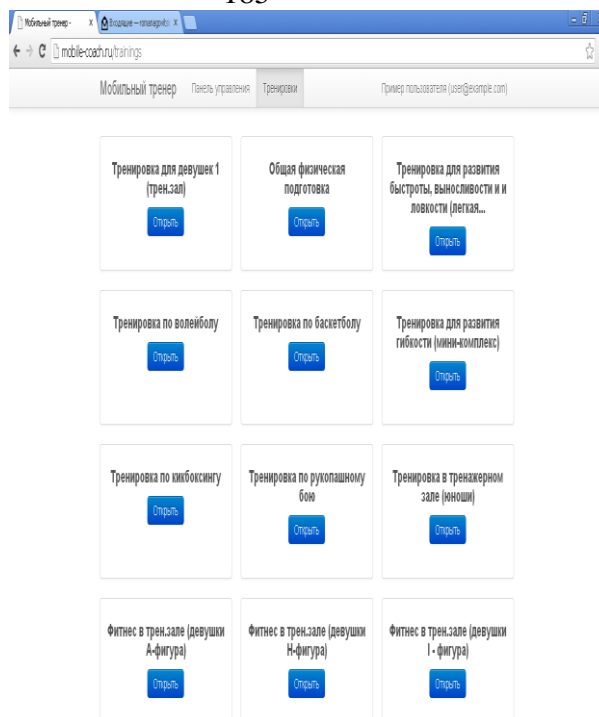


Рис. 7. Стартовое окно сайта с содержанием мобильного контента для занятий физической культурой

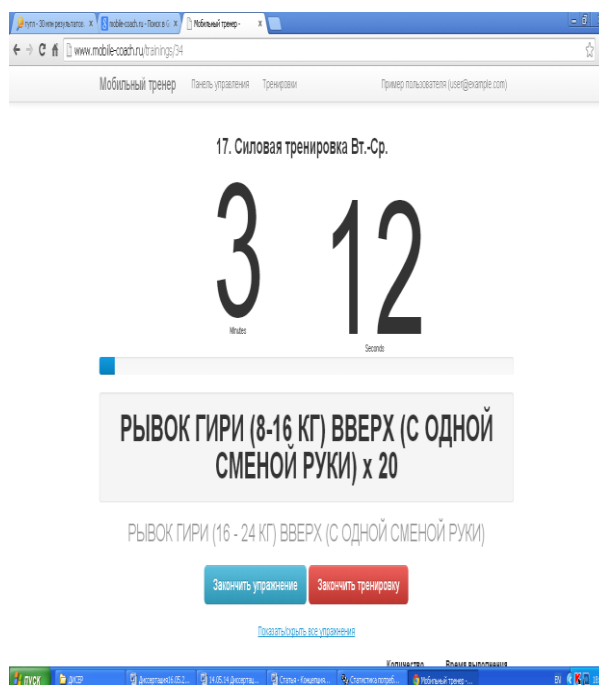
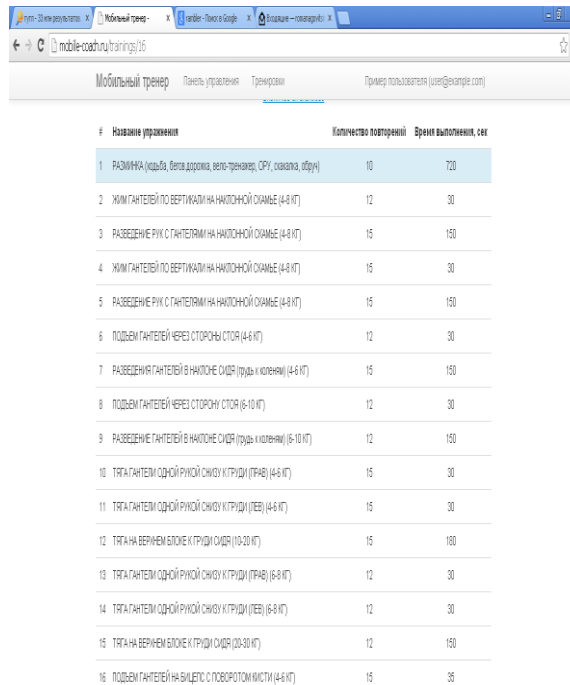


Рис. 8. Окно при выполнении упражнений на занятии физической культурой



#	Название упражнения	Количество повторений	Время выполнения, сек
1	РАЗМИНКА (ходьба, беговая дорожка, велотренажер, ОРУ, скакалка, обруч)	10	720
2	ЖИМ ГАНТЕЛЕЙ ПО ВЕРТИКАЛИ НА НАКЛОННОЙ СХЕМЕ (4-8 ИТ)	12	30
3	РАЗВЕДЕНИЕ РУК С ГАНТЕЛЯМИ НА НАКЛОННОЙ СХЕМЕ (4-8 ИТ)	15	150
4	ЖИМ ГАНТЕЛЕЙ ПО ВЕРТИКАЛИ НА НАКЛОННОЙ СХЕМЕ (4-8 ИТ)	15	30
5	РАЗВЕДЕНИЕ РУК С ГАНТЕЛЯМИ НА НАКЛОННОЙ СХЕМЕ (4-8 ИТ)	15	150
6	ПОДЪЕМ ГАНТЕЛЕЙ ЧЕРЕЗ СТОРОНЫ СТОЯ (4-6 ИТ)	12	30
7	РАЗВЕДЕНИЕ ГАНТЕЛЕЙ В НАКЛОНЕ СИДЯ (прод и колени) (4-6 ИТ)	15	150
8	ПОДЪЕМ ГАНТЕЛЕЙ ЧЕРЕЗ СТОРОНЫ СТОЯ (6-10 ИТ)	12	30
9	РАЗВЕДЕНИЕ ГАНТЕЛЕЙ В НАКЛОНЕ СИДЯ (прод и колени) (6-10 ИТ)	12	150
10	ТАГА ГАНТЕЛЕЙ ОДНОЙ РУКОЙ СНИЗУ К ГРУДИ (ПРАВ) (4-6 ИТ)	15	30
11	ТАГА ГАНТЕЛЕЙ ОДНОЙ РУКОЙ СНИЗУ К ГРУДИ (ЛЕВ) (4-6 ИТ)	15	30
12	ТАГА НА ВЕРХНЕМ БЛОКЕ К ГРУДИ СИДЯ (10-20 ИТ)	15	180
13	ТАГА ГАНТЕЛЕЙ ОДНОЙ РУКОЙ СНИЗУ К ГРУДИ (ПРАВ) (6-8 ИТ)	12	30
14	ТАГА ГАНТЕЛЕЙ ОДНОЙ РУКОЙ СНИЗУ К ГРУДИ (ЛЕВ) (6-8 ИТ)	12	30
15	ТАГА НА ВЕРХНЕМ БЛОКЕ К ГРУДИ СИДЯ (20-30 ИТ)	12	150
16	ПОДЪЕМ ГАНТЕЛЕЙ НА ВЯЛОС С ПОВОРОТОМ КИСТИ (4-6 ИТ)	15	35

Рис. 9. Окно для справки об упражнениях текущего занятия физической культурой

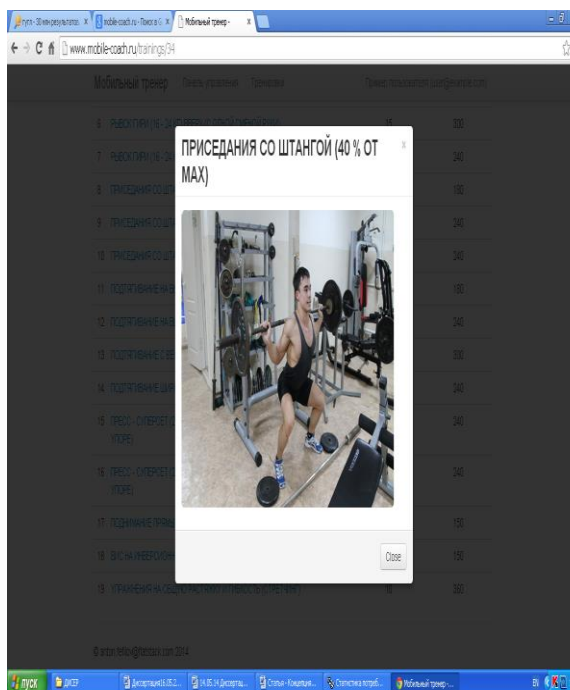


Рис. 10. Консультационное окно для справки о выполнении текущего упражнения

В содержании мобильного контента, представленного на данном сайте, выставлены специальные тренировки для подготовки к сдаче нормативов физического развития обучающихся по учебной дисциплине «Физическая культура» и специальных испытаний всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне». Комплекс разработанных тренировок составляет специальную программу самостоятельных занятий физической культурой на основе реализации мобильного обучения для развития физических качеств в контексте подготовки к сдаче контрольных норм учебного предмета «Физическая культура» и всероссийского комплекса «ГТО».

Создание данного комплекса отвечает требованиям стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 г. В данном нормативном документе в V разделе о создании новой национальной системы физкультурно-спортивного воспитания особо подчеркивается, что результатом ее внедрения должно быть увеличение до 35 процентов общего числа лиц, систематически занимающихся физической культурой и спортом, объем двигательной активности которых составляет не менее 6 часов [434].

В ракурсе формирования деятельностного компонента физической культуры была внедрена программа самостоятельных занятий физической культурой на основе реализации мобильного обучения для развития физических качеств в контексте подготовки к сдаче контрольных норм учебного предмета «Физическая культура» и всероссийского комплекса «ГТО». Следует отметить, что на первом этапе разработки данной программы комплекс предлагаемых самостоятельных занятий по физической культуре был ориентирован только на подготовку к сдаче контрольных нормативов физического развития в аспекте учебного предмета профессиональной подготовки «Физическая культура». Однако, набирающая с каждым годом популярность внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди населения

различных регионов Российской Федерации и корректировка обозначенной выше программы после первого этапа позволила нам разработать комплекс занятий для подготовки не только к сдаче зачета по дисциплине «Физическая культура», но к мониторингу на основе всероссийского комплекса «ГТО».

В основе реализации программы самостоятельных занятий физической культурой на основе реализации мобильного обучения для развития физических качеств в контексте подготовки к сдаче контрольных норм учебного предмета «Физическая культура» и всероссийского комплекса «ГТО» лежит последовательный алгоритм действий, которых необходимо придерживаться каждому обучающемуся:

1) В сети Интернет на специализированном сайте всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» необходимо найти информацию о мониторинге физических качеств (http://fizvosp.ru/proekt_kontseptsii/) и определить, какие испытания (тесты) физического развития соответствуют его возрастной ступени и пола [87].

2) Собрать данные по выявленным выше группам испытаний (при невозможности сбора данных сдать нормативы повторно).

3) В сети Интернет найти специализированный сайт (<https://sites.google.com/site/physicaleducationggpi/gto>), на котором в рубрике «ГТО» представлена специальная таблица предоставляющее информацию о содержании таблицы с формулами по вычислению процентного соотношения развития физических качеств (Рисунок 11). Полное содержание таблицы показано в приложении 1.

таблицы прикреплен файл в формате Microsoft Excel, с помощью которого можно автоматически осуществить подсчеты процентного соотношения.

6) Сравнить полученные результаты, выраженные в процентах, и выявить два наименьших из всех значения, соответствующих различным физическим качествам, присвоив им ранг из двух (1 – меньшее значение, 2 – большее значение). Примечание: при выявлении наименьших значений одного физического качества, необходимо добавить под рангом 2 физическое качество с выявленным наименьшим процентном значении из оставшихся четырех качеств.

7) По следующей таблице, предоставляющей информацию о недельном цикле самостоятельных занятий физической культурой определить недельный цикл самостоятельных занятий физической культурой с учетом: выявленных физических качеств по п. 6 (в начале - физическое качество 1 ранга, затем – качество 2 ранга); своего пола; объема индивидуальной недельной двигательной активности в контексте посещения академических занятий по предмету «Физическая культура» или в секции по видам спорта (Рисунок 12). Частичное содержание таблицы показано в приложении 2.

Таблица 2. Недельный цикл самостоятельных занятий физической культурой

Уровни Дни недели	Пн/Вт	Вт/Ср	Ср/Чт	Чт/Пт	Пт/Сб	Сб/Пн
1. Быстрота - выносливость						
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК						
Низкий уровень	2		8		4	
Средний уровень	6	2		8	4	
Высокий уровень	1	7		3	9	5
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	2		8		4*	
Средний уровень	6*	3		7	4	
Высокий уровень	1*	8		2	9	5
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		8		3		

Рис. 12. Окно, предоставляющее информацию о содержании таблицы по недельному циклу самостоятельных занятий физической культурой

8) По следующей таблице, предоставляющей информацию о рекомендациях по выполнению самостоятельных занятий физической культурой с учетом уровня физического развития, с помощью полученного среднего арифметического значения в п. 5 необходимо найти информацию рекомендательного характера по выполнению самостоятельных занятий физической культурой в 6-ти недельном цикле с учетом выявленного индивидуального уровня физического развития (Рисунок 13).

Таблица 3. Рекомендации по выполнению самостоятельных занятий физической культурой с учетом уровня физического развития

Недели	1	2	3	4	5	6
Уровень						
Менее 85 % (включительно)						
	низкий	средний	низкий	средний	высокий	низкий
От 86% до 100% (включительно):						
	низкий	средний	высокий	средний	высокий	низкий
Свыше 101% (включительно)						
	средний	высокий	средний	высокий	высокий	средний

Рис. 13. Окно, предоставляющее информацию о рекомендациях по выполнению самостоятельных занятий физической культурой с учетом уровня физического развития

9) Определить недельный цикл самостоятельных занятий физической культурой на основе предложенных рекомендаций и начать заниматься по предложенной системе тренировок.

10) На мобильном устройстве (смартфоны, коммуникаторы, планшеты, т. е. устройства, имеющие International Mobile Equipment Identify – международный идентификатор мобильного оборудования, основанные на операционных системах (Windows Phone, iOS, Android и др.), поддерживающие работу в мобильных сетях 3G и 4G и технологию Wi-Fi), предварительно подключившись к сети Интернет и «открыв» специализированный сайт (<http://www.mobile-coach.ru/trainings>), о котором говорилось выше, необходимо «запустить» занятие физической культурой под номером, соответствующем определенной

индивидуальной классификации тренировок, выявленной по предшествующим пунктам алгоритма действий (процедура осуществляется с помощью нажатия на номер тренировки в таблице, предоставляющей информацию о недельном цикле самостоятельных занятий физической культурой).

11) При выполнении физических упражнений следует учитывать следующие рекомендации сайта:

- тренировку не возможно остановить (сделать паузу), ее можно только закончить;
- для пропуска упражнения или ускорения тренировочного процесса - кнопка «закончить упражнение»;
- для получения информации о содержании всей текущей тренировки - кнопка «меню»;
- для получения визуальной информации о текущем упражнении на фото - необходимо нажать на это упражнение (примечание: фото поддерживается не всеми мобильными устройствами);
- если количество повторений или подходов не соответствует индивидуальным возможностям, возможно выполнения упражнений в индивидуальном ритме.

12) Осуществлять выполнение занятий в течение 6-ти недель, на 7-ой неделе осуществить мониторинг физических качеств, на его основе реализовать корректировку (если потребуется) и начать новый 6-ти недельный тренировочный цикл.

3. Для формирования когнитивного компонента (формирование физкультурной компетентности) в контексте организации мобильного обучения использована глобальная сеть Интернет. «Любой обучающийся, кто хоть раз пользовался глобальной сетью Интернет, успел убедиться, что это океан информации, в котором очень легко утонуть» [173, с. 74]. Там можно получить

любую информацию о различных сторонах жизнедеятельности человека. В сфере образования, в частности, в аспекте формирования физической культуры, также есть возможность воспользоваться ресурсами Интернет. Но здесь важно решить, в каком аспекте дидактические ресурсы, предоставляемые Интернетом, могут быть максимально эффективно использованы в учебно-воспитательном процессе. С этой позиции компьютерные телекоммуникации – всего лишь еще одно из средств, с помощью грамотного использования которого, можно значительно повысить эффективность профессиональной подготовки. Некоторые из которых, если рассмотреть их в контексте задач, стоящих перед педагогикой и дидактикой, могут быть использованы в сфере образования. Если эти свойства будут соответствующим образом дидактически интерпретированы, их можно будет рассматривать как дидактические свойства, при этом следует четко определить их роль и место в образовательном процессе. Здесь особо следует отметить, что дидактические задачи решаются не средствами телекоммуникации, а собственно дидактическими средствами (т. е. отбором и разработкой учебного материала, его соответствующей структуризацией, отбором действенных поставленной задаче методов, приемов, организационных форм обучения) [173, с. 74–75].

В свою очередь, мобильный контент как новое поколение телекоммуникационных и дистанционных технологий более подходит под образовательный ресурс. В этом контексте стоит обратить внимание на то, что один и тот же контент ресурса может быть дидактически полезным или бесполезным, а также понят как социально опасный одним пользователем и как совершенно безопасный – другим пользователем, поскольку пользователь, обращаясь к собственным знаниям и собственному опыту, стремится дать личностные смыслы изучаемому. Стоит отметить, что содержание мобильного ресурса не является синонимом знания. Мобильный контент может являться основой мысли человека, может быть отчужден от его создателей и закреплён в

материальных носителях мобильного ресурса. С этой точки зрения мобильный контент может находиться вне познающего его субъекта и не будет передаваться конкретно от интернет-ресурса к познанию обучающегося. Отсюда следует, чтобы мобильный контент подлежал пониманию и освоению, необходим процесс интериоризации интернет-ресурса. Это означает, что необходим процесс освоения и усвоения пользователем знаний, содержащихся в найденных ресурсах [374, с. 242].

Интериоризация знания не сводится к простой передаче знаний от интернет-ресурса к пользователю, знания приобретаются, осмысливаясь и реконструируясь особенностями индивидуальных способов познания и индивидуального опыта субъекта познания. Именно сознание личности в этом аспекте является той сферой, в которой происходят и начальный смысловой сдвиг, и попытки реализации видения реальности. При этом ориентация субъекта познания на содержание интернет-ресурса вовсе не означает нацеленности пользователя на получение знания того, в чем заключалась основная идея разработчика. Для понимания смысла изучаемого контента обучающийся обращается лишь к своим индивидуальным знаниям и к интерпретациям своего опыта [374, с. 243].

В контексте создания дидактического мобильного ресурса для мобильного обучения в рамках внедрения методики формирования физической культуры студентов нами были изучены в сети Интернет различные комплексы программных продуктов представленных в App Store Downloads on iTunes в категории «Здоровье и фитнес» и на Google Play в категории «Здоровье и спорт». Мобильных приложений по данной тематике мы насчитали более 2 000, выявлено, что многие из них повторяют друг друга и не соответствуют требованиям к занятиям физической культурой в вузе. В связи с этим были созданы специальные комплексы классификаций мобильных приложений для портативных устройств, расположенных в сети Интернет, которые помогают

обучающимся найти в их большом многообразии, наиболее полезные и эффективные для их интеллектуального и физического развития в контексте реализации самостоятельного теоретического и практического обучения по физической культуре. Разработка содержания классификаций была основана на подборе мобильных приложений в ракурсе дифференциации их технических характеристик и дидактической эффективности. Основу классификации составляет таксономия уровней обученности Б. Блума в аспекте выявления оценки сформированности физкультурной компетентности: знание, понимание, применение, анализ, творчество, оценка [444].

На рисунке 14 представлена одна из экспериментальных подборок комплекса программного обеспечения для содействия формированию физкультурной компетентности в контексте когнитивного компонента, основанной на уровнях обученности по таксономии Б. Блума, содействующая поэтапному формированию компетентности на основе информационных технологий в помощь специального мобильного контента для портативных устройств iPad [295].

	Уровни по Б. Блуму	Модуль программ-многообучения	Содержание программного обучения				
	Знание	Программное обеспечение справочного характера					
	Понимание		Моя последняя сигарета От Mastersoft Mobile Solutions	iBrush От JAGLABS, Inc	Я хочу... От Dmitry Klimkin	Я Здоров! От Dmitry Klimkin	Tupperware CIS. От iD EAST
	Применение	Программное обеспечение для организации режима обучающе-гося					
			Умный будильник Smart Alarm Clock FREE: биоритмы & фазы сна	In Shape Free: Фитнес. Диета. Масса	8-ALARM От 8-Alarm	Timer Flo От Kian Tan	ИМТ+жира калькулятор michael heinz
	Синтез	Программное обеспечение, моделирующее работу тренера					
	Анализ		Подтягивания 20+ Lite От michael heinz	Sports Tracker От Sports Tracking Technologies Ltd	Отжимания на брусьях 100+ Lite От michael heinz	Run with Map My Run - GPS Running, Jog, Walk, Workout Tracking and Calorie Counter От MapMyFitness	Virtual Trainer От Gravity Moves Pty Ltd
	Оценка	Программное обеспечения для оценки физических параметров обучающихся					
			Кардиограф (Cardiograph) От MacroPinch Ltd.	Waterbalance От Waterbalance	Weight Recorder От Travis Luke	iHealth BPM От ANDON HEALTH Co., LTD	WiScale От WiThings, S.A.S.

Рис. 14. Классификация программного обеспечения для формирования физкультурной компетентности

С точки зрения дидактических оснований использование данных классификаций для формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза позволит стимулировать процесс развития интеллектуальных умений обучающихся, связанных с развитием самостоятельного критического и творческого мышления. Разработанный дидактический мобильный ресурс позволяет с одной стороны отвлекать обучающихся от информации, содержащей недостоверные или сомнительные сведения, от сайтов, носящих чисто рекламный характер в образовательной сфере, от контента, носящего агрессивный характер, способному нанести вред психическому здоровью подрастающей молодежи и к информации, которая не способствует развитию самостоятельного мышления обучающихся (базы рефератов, сочинений и т.д.). С другой стороны - к использованию Интернет-ресурсов, без которых не может обойтись современный студент, в образовательно-воспитательных целях, обогащая содержание профессиональной подготовки в вузе и эффективнее формируя физическую культуру молодежи. Также следует отметить, что реализация выявленных классификаций мобильных приложений содействует формированию физической культуры обучающихся, имеющих серьезные отклонения в физическом развитии и здоровье.

Следует отметить, что реализация разработанного мобильного контента для формирования физической культуры должна основываться на следующих аксиомах.

1. Интернет не может заменить собой педагога. Использование мобильных ресурсов сети Интернет должно быть четко прогнозируемо и систематизировано под цели и задачи предмета профессиональной подготовки, в частности, дисциплины «Физическая культура», дидактически структурировано в контексте

реализации самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся.

2. Открытость и доступность реализации деятельности обучающихся в сети Интернет. Необходимость знания иностранных языков и свободного пользования компьютером и портативным устройством.

3. Дидактическая и структурированная организация информационных материалов, изначально специально не адаптированных для целей учебного процесса, курсов для самообразования, дистанционного обучения.

4. Предварительная подготовка и координация обучающихся к самостоятельной работе с мобильным контентом в режиме самообразования в контексте организации времени для познавательной деятельности.

5. Учет индивидуальных особенностей обучающихся, их способность к самоорганизации. Контроль тем или иным образом (самому обучающему или с помощью консультантов и наставников) деятельности обучающегося [173, с. 77–81].

Внедрение национально-регионального компонента, реализуемого по авторской методике формирования физической культуры студентов, в содержание обучения учебных предметов «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», осуществлялось для реализации следующих задач: возрождение у обучающихся национального самосознания; эффективность реализации физкультурной деятельности студентов; обогащение содержания профессиональной подготовки в вузе. Национально-региональный компонент содержания национально-регионального компонента в контексте формирования физической культуры студентов реализован на практике по следующим основным обучающим теоретическим и практическим направлениям содержания обучения:

- истоки удмуртского этногенеза и становление Удмуртской Республики;
- география и культура, включая и физическую культуру, народов Удмуртии;
- важнейшие характеристики удмуртского этноса;
- современное состояние, задачи и перспективы удмуртской этнографии и региона, популяризация национального языка.

Программа интегративной теоретической подготовки в контексте формирования физической культуры студентов, основанная на междисциплинарном подходе при изучении дисциплин «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». Реализация данного курса осуществлялась на основе чтения лекций и мобильного контента для самостоятельного аудиообучения студентов, в контексте профессиональной подготовки по следующим образовательным модулям и учебным дисциплинам (основан на Примерной программе по дисциплине «Физическая культура» для вузов) [324; 366]:

Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов («Физическая культура»). Содержание модуля:

- возникновение термина «физическая культура», общие понятия теории физической культуры;
- физическая культура как часть культуры личности и общества, цель, задачи и формы организации физического воспитания;
- организация физического воспитания и спортивной работы в вузе;
- информационные технологии в процессе физического воспитания;
- основы формирования физической культуры студента;
- междисциплинарные связи в учебном процессе для формирования физической культуры будущих педагогов;

- мобильное обучение как важный компонент формирования физической культуры студентов.

Модуль 2. Социально-биологические основы физической культуры.
Содержание модуля:

- организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система («Возрастная анатомия, физиология и гигиена»);
- внешняя среда, ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека («Безопасность жизнедеятельности»);
- средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности («Физическая культура»);
- двигательная функция, повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды («Возрастная анатомия, физиология и гигиена»).

Модуль 3. Основы здорового и физкультурного образа жизни студента.
Физическая культура в обеспечении здоровья. Содержание модуля:

- понятие «здоровье», его содержание и критерии («Основы медицинских знаний и ЗОЖ»);
- функциональные резервы организма («Возрастная анатомия, физиология и гигиена»);
- факторы, обуславливающие здоровье («Основы медицинских знаний и ЗОЖ»);
- составляющие здорового образа жизни студента («Основы медицинских знаний и ЗОЖ»);
- ориентация на здоровье у людей различных социальных категорий («Основы медицинских знаний и ЗОЖ»);
- физическое самовоспитание («Физическая культура»);

- личная гигиена как важный элемент здорового образа жизни («Возрастная анатомия, физиология и гигиена»);

- техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом («Безопасность жизнедеятельности»).

Модуль 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Содержание модуля:

- объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов («Возрастная анатомия, физиология и гигиена»);

- изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения («Возрастная анатомия, физиология и гигиена»);

- работоспособность в умственном труде и влияние на нее внешних и внутренних факторов («Возрастная анатомия, физиология и гигиена»);

- средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния студентов («Физическая культура»).

Модуль 5. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания («Физическая культура»). Содержание модуля:

- методы физического воспитания, двигательные умения и навыки;

- физические качества и формы занятий;

- общая, специальная и спортивная физическая подготовка;

- интенсивность физических нагрузок и энергозатраты при физических нагрузках («Возрастная анатомия, физиология и гигиена»).

Модуль 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями («Физическая культура»). Содержание модуля:

- организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности;

- влияние оздоровительной физической культуры на организм;
- основные разделы и этапы физического обучения и воспитания;
- способы обучения и принципы, положенные в основу методики занятий физическими упражнениями.

Модуль 7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений («Физическая культура»). Содержание модуля:

- массовый спорт и спорт высших достижений;
- планирование и организационные формы спортивных мероприятий;
- международное спортивное движение и Всемирные студенческие спортивные игры (Универсиады), Олимпийские игры современности;
- основные особенности спортивной деятельности, краткая психологическая характеристика основных физических качеств;
- нетрадиционные виды физических упражнений, интеллектуальные игры (шашки и шахматы).

Модуль 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений («Физическая культура»). Содержание модуля:

- историография развития спорта, особенности спортсмена высокого класса;
- влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества;
- планирование тренировки в избранном виде спорта или системе физических упражнений;
- пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности;
- виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий;
- специальные зачетные требования и нормативы по годам (семестрам) обучения студентов;

- календарь студенческих внутривузовских и вневузовских соревнований, требования спортивной классификации и правил соревнований по избранному виду спорта.

Модуль 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом («Основы медицинских знаний и ЗОЖ»). Содержание модуля:

- диагностика и самодиагностика организма на занятиях физическими упражнениями и спортом;
- исследование и оценка физического и функционального развития;
- методы контроля за физической подготовленностью.

Модуль 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов («Физическая культура»). Содержание модуля:

- основы профессионально-прикладной физической подготовки;
- средства и методические основы построения профессионально-прикладной физической подготовки;
- развитие профессиональных важных качеств педагогов различных специальностей средствами физической культуры [372].

Модуль 11. Воспитание будущих педагогов как классных руководителей средствами физической культуры и спорта («Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»). Содержание модуля:

- особенности проведения физкультурных мероприятий (подвижные игры, эстафеты, «Веселые старты», спортивные развлечения и праздники);
- основы проведения спортивных игр (футзал, баскетбол, волейбол, лапта);
- туристические походы и экскурсии;
- посещение спортивных сооружений (каток, плавательный бассейн, стрелковый тир, горнолыжная трасса);

- комплексы физических упражнений (утренняя зарядка, физкультминутки, физкультпаузы, ежедневные занятия физическим упражнениями в группах продленного дня) [292].

Модуль 12. Национально-региональный компонент содержания формирования физической культуры студента («Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»).

Следующей экспериментальной программой, входящей в содержание методики формирования физической культуры, является физкультурно-формирующий *подраздел комплексной общеинститутской программы «Здоровье»* (ФГБОУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт имени В. Г. Короленко» на 2009–2013 годы), ориентированный на формирование физической культуры студента через популяризацию физкультурной деятельности обучающихся в вузе и здорового образа жизни всех участников образовательно-воспитательного процесса. Общей целью настоящей комплексной программы является формирование вузовского пространства, ориентированного на формирование позитивной культуры, поддерживающей нормы и ценности здорового образа жизни. Для достижения цели программы обозначены следующие задачи:

1. Создание условий для управления здоровьем студентов, преподавателей и сотрудников.
2. Внедрение методологии, принципов и методов здоровьесберегающего образования.
3. Санитарно-гигиеническое просвещение студентов, преподавателей сотрудников вуза в области культуры здоровья, в том числе профилактики социально обусловленных заболеваний.

4. Формирование устойчивой потребности в здоровом образе жизни у студентов, преподавателей и сотрудников ГГПИ.
5. Повышение интереса к занятиям физической культурой и спортом.
6. Развитие инфраструктуры ГГПИ для реализации здоровьесберегающих образовательных технологий, занятий массовым спортом, оздоровительной системы.
7. Развитие материально-технической базы, обеспечивающей развитие оздоровительной среды.
8. Совершенствование учебно-методического и информационно-образовательного обеспечения по вопросам здоровьесберегающих технологий на основе создания единой информационно-пропагандистской системы.
9. Совершенствование существующей в вузе системы мониторинга физического, нравственного, психического здоровья, осуществление оздоровительной и профилактической работы на основе анализа данных мониторинга.
10. Координация деятельности спортивных и общественных организаций в сфере оздоровительной и профилактической работы с преподавателями, студентами и сотрудниками ГГПИ.

Формирование физической культуры студентов осуществлялось во взаимосвязи с реализацией комплексной программы, один из подразделов которой был направлен на следующее: совершенствование системы мониторинга основных направлений Программы; достижение положительной динамики снижения количества заболеваний, употребления психоактивных веществ среди студентов, профессорско-преподавательского состава и сотрудников вуза; увеличения числа студентов, преподавателей и сотрудников, ведущих активный, здоровый и физкультурный образ жизни.

Таким образом, можно выявить, что определенные задачи, поставленные перед реализацией программы «Здоровье», и их выполнение взаимообусловлены и взаимосвязаны с задачами исследования, направленными на формирование физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, что, в свою очередь, составляет целевую направленность авторской методики.

Программа внедрения экспериментального модуля «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта», реализованная на учебных занятиях по дисциплинам «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности» и «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», является частью образовательно-воспитательной подготовки, осуществляемой вузом, направленной на обучение классного руководителя для средней школы.

Для подготовки учебно-методической программы нами был проведен социологический опрос. Цель опроса состояла в выявлении приоритетных элементов и средств физического воспитания для включения таковых в содержание экспериментального модуля. В опросе приняли участие 320 респондентов: 28 преподавателей высших учебных заведений, 55 учителей школ города и района (38 из них – классные руководители), 58 студентов, прошедших практику в образовательных учреждениях, 46 студентов, 75 учеников школ и 58 родителей учеников школ. Анкетирование проводилось в средних общеобразовательных школах города Глазова, Глазовского и Юкаменского районов, в ФГБОУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт имени В. Г. Короленко», в сети Интернет (социальных сетях, студенческих, научных и общественных форумах). Участникам анкетирования были предложены различные виды и элементы физического воспитания: подвижные и спортивные игры, единоборства, коньки, плавание, нетрадиционные виды физических упражнений, силовая подготовка, туризм, танцы и т. п. Из

представленного многообразия респонденты выбирали те элементы, которые, по их мнению, наиболее популярны среди школьников во внеучебное время. Результаты опроса представлены на рисунке 15.

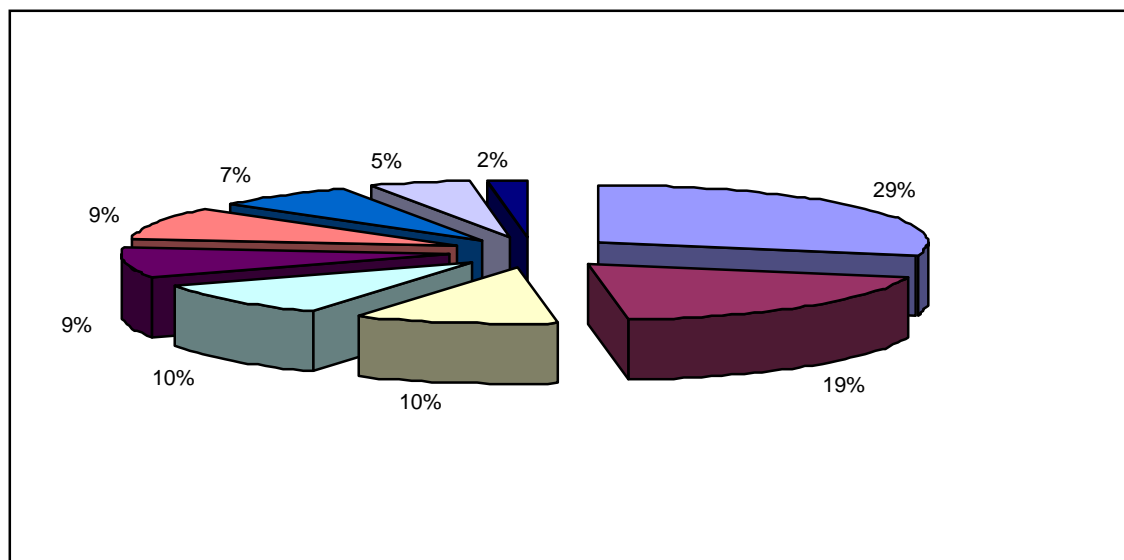


Рис.15. Приоритетные виды и элементы физического воспитания во внеучебное время

По результатам социологического опроса на предмет определения приоритетных видов и элементов физического воспитания учащихся в школе во внеучебное время (29 % – подвижные игры, 19 % – туризм, 10 % – спортивные игры, 10 % – спортивные эстафеты и праздники, «Веселые старты», 9 % – посещение катка, 9 % – посещение плавательного бассейна, 7 % – физкультминутки и физкультпаузы, 5 % – утренняя зарядка, 2 % – различные виды упражнений, включая нетрадиционные физические упражнения), анализа и сбора материала в научной и учебно-методической литературе нами была разработана программа «Подготовка будущего педагога как классного

руководителя средствами физической культуры и спорта» для студентов различных специальностей педагогического вуза в контексте авторской методики формирования физической культуры студентов. Будущие педагоги и, возможно, по-совместительству классные руководители, на занятиях физической культурой обучались по экспериментальной программе различным видам и элементам физического воспитания, целью которой являлась подготовка будущих педагогов, независимо от того, какой предмет они будут преподавать, к целенаправленному и эффективному использованию средств физической культуры и спорта в учебно-воспитательной деятельности классного руководителя.

В аспекте достижения цели программы решались следующие задачи обучения: проведение физкультурных мероприятий в классе и школе (подвижные игры, «Веселых старты» и спортивные развлечения, включая национальные удмуртские и татарские игры для проведения во внеклассное время); освоение основ проведения и организации спортивных игр; подготовка и организация туристских походов, прогулок, экскурсий; организация посещения спортивных сооружений (катка и плавательного бассейна); освоение комплекса физических упражнений для проведения зарядки до уроков, физкультурных пауз и минуток на уроке и во время перемен для снятия у учеников накопившегося утомления.

Следующая составляющая методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, внедренная в образовательно-воспитательный процесс вуза, *программа формирования профессионально важных качеств студентов* различных специальностей на основе нетрадиционных и инновационных физкультурно-оздоровительных систем физических упражнений.

Актуальность разработки содержания обучения физической культуре с ориентацией на профессионально важные качества студентов различных специальностей определяется результатом их оздоровления, повышением уровня

подготовки к творческой и предстоящей трудовой деятельности, увеличением мотивации к ведению здорового образа жизни.

Специфика факультетов и различных специальностей, анализ программ позволили содержательно обогатить учебную программу по физической культуре различными видами спорта и нетрадиционными видами физических упражнений для каждого из факультетов гуманитарного вуза.

Обоснованность введения различных элементов в содержание физического воспитания осуществляется по двум критериям: физиологические особенности студентов на основе медицинского осмотра и результатов функциональной диагностики; отбор элементов для содержания физического воспитания по профессиональной ориентации [293].

У будущих педагогов, обучающихся по специальностям «Русский язык», «Литература», «Иностранный язык», «Математика», «Физика», «Информатика», «История», «Культурология», выявлена как приоритетная особенность их психофизиологической составляющей профессиональной деятельности – малоподвижный труд, требующий небольших затрат физической энергии. У будущих педагогов, обучающихся по специальностям «Русский язык», «Литература», «Иностранный язык», «Математика», «Физика», «Информатика», отмечена чаще всего рабочая поза сидя, двигательные действия минимальные, малоамплитудные и незначительные напряжения мышц пальцев рук. В свою очередь, у студентов специальностей «История» и «Культурология» определен как приоритетный малоподвижный труд в сочетании с туристической и археологической деятельностью. У студентов специальностей «Русский язык», «Литература» и «Иностранный язык» выделены следующие профессионально важные физические и психические качества: уверенность в себе, эмоциональная устойчивость, толерантность, память, воображение. На основании этих характеристик рекомендованы:

- традиционные виды спорта и физических упражнений (легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, бадминтон, плавание);

- нетрадиционные и инновационные системы физических упражнений (аквааэробика, йога, шейпинг, чирлидинг, бодибилдинг, фитнес).

У студентов, обучающихся по специальностям подготовки «Математика», «Физика», «Информатика», определены профессионально важные физические и психические качества: память, мышление, эмоциональная устойчивость, логическое мышление, внимание. На основании этих характеристик рекомендованы:

- традиционные виды спорта и физических упражнений (гиревой спорт, атлетизм, армспорт, шахматы, русские шашки, спортивные и подвижные игры, легкая атлетика);

- нетрадиционные и инновационные системы физических упражнений (силовой экстрим, пауэрлифтинг, стритбол, лапта, бодибилдинг, фитнес, сноуборд).

У студентов, обучающихся по специальностям подготовки «История» и «Культурология», выявлены профессионально важные физические и психические качества: инициативность, организаторские способности, оперативное мышление. На основании этих характеристик рекомендованы:

- традиционные виды спорта и физических упражнений (туризм, спортивные и подвижные игры, стрельба);

- нетрадиционные и инновационные системы физических упражнений (историческое фехтование, дартс, паркур, стритбол, зарница, сноуборд).

У будущих педагогов, обучающихся по специальностям «Социальная работа», «Детская психология», выявлена приоритетная особенность их психофизиологической составляющей профессиональной деятельности – повышенное нервно-эмоциональное напряжение. Определена специфика их

будущей работы – подвижная деятельность, требующая умеренных затрат физической энергии, работа с неблагополучными семьями и подростками. Выявлены такие профессионально важные физические и психические качества, как общая выносливость, внимание, инициативность, организаторские способности, эмоциональная устойчивость. На основании этих характеристик рекомендованы:

- традиционные виды спорта и физических упражнений (спортивные и подвижные игры, рукопашный бой, плавание, аэробика, лыжный спорт);
- нетрадиционные и инновационные системы физических упражнений (восточные единоборства, йога, паркур, стретчинг, велоспорт, лапта, скейтборд, турникмен, скандинавская ходьба).

У студентов, обучающихся по специальности подготовки «Начальные классы», определена приоритетная особенность психофизиологической деятельности – повышенное нервно-эмоциональное напряжение. Зафиксирована специфика будущей профессиональной деятельности – подвижная деятельность, требующая умеренных физических и повышенных психических затрат энергии. Выявлены профессионально важные физические и психические качества: инициативность, организаторские способности, выдержка, эмоциональная устойчивость, толерантность. На основании этих характеристик рекомендованы:

- традиционные виды спорта и физических упражнений (гимнастика, подвижные и спортивные игры, настольный теннис, бадминтон, шахматы, русские шашки, плавание, лыжный спорт);
- нетрадиционные и инновационные системы физических упражнений (стритбол, турникмен, лапта, шейпинг, фитнес, флешмоб, скейтборд, скандинавская ходьба).

У будущих педагогов, обучающихся по специальности подготовки «Музыка», выявлена приоритетная особенность психофизиологической

деятельности – повышенное нервно-эмоциональное напряжение. Обнаружена специфика их будущей профессиональной деятельности – комбинированная деятельность, требующая умеренных физических и повышенных психических затрат энергии. Определены такие профессионально важные физические и психические качества: воображение, смелость и решительность, эмоциональная устойчивость. На основании этих характеристик рекомендованы:

- традиционные виды спорта и физических упражнений (спортивные и подвижные игры, бадминтон, плавание);
- нетрадиционные и инновационные системы физических упражнений (бодифлекс, калланетика, пилатес, велоспорт, шейпинг, бодибалет, чирлидинг, флешмоб, скандинавская ходьба).

У студентов, обучающихся по специальностям подготовки «Технология», «Безопасность жизнедеятельности», определены как приоритетные следующие особенности психофизиологической деятельности: значительная физическая активность, повышенное нервно-эмоциональное напряжение. Зафиксирована специфика будущей профессиональной деятельности – комбинированная деятельность, требующая умеренных физических и повышенных психических затрат энергии. Выявлены такие профессионально важные физические и психические качества: эмоциональная устойчивость, оперативное мышление, толерантность, настойчивость. На основании этих характеристик рекомендованы:

- традиционные виды спорта и физических упражнений (спортивные и подвижные игры, гиревой спорт, легкая атлетика, туризм);
- нетрадиционные и инновационные системы физических упражнений (пауэрлифтинг, велоспорт, флешмоб, фитнес, восточные единоборства, скейтборд, сноуборд).

У будущих педагогов, обучающихся по специальности подготовки «Физическая культура», определены такие приоритетные особенности

психофизиологической деятельности: значительная физическая активность, повышенное нервно-эмоциональное напряжение. Зафиксирована специфика их будущей профессиональной деятельности – подвижная деятельность, требующая высоких физических и психических затрат энергии. Выявлены следующие профессионально важные физические и психические качества: инициативность, эмоциональная устойчивость, организаторские способности, настойчивость, толерантность. На основании этих характеристик рекомендованы:

- традиционные виды спорта и физических упражнений (гимнастика, лыжный спорт, подвижные и спортивные игры, настольный теннис, бадминтон, туризм, легкая атлетика);

- нетрадиционные и инновационные системы физических упражнений (бодифлекс, калланетика, пилатес, велоспорт, шейпинг, лапта, чирлидинг, турникмен, пауэрлифтинг, восточные единоборства, флешмоб, ролики).

Содержание физкультурной деятельности в вузе на основе нетрадиционных и инновационных физкультурно-оздоровительных систем физических упражнений представлено в Таблице 2.

**Содержание физкультурной деятельности в вузе на основе
нетрадиционных и инновационных физкультурно-оздоровительных систем
физических упражнений**

Специальности подготовки	Формирование свойств и качеств будущего педагога			Рекомендованные виды спорта и физических упражнений	Рекомендованные нетрадиционные и инновационные системы ФУ
	Приоритетные особенности психофизиологической деятельности	Специфика будущей профессиональной деятельности	Профессионально важные физические и психические качества		
Русский язык, литература, иностранный язык	Повышенная умственная деятельность	Малоподвижный труд, требующий небольших затрат физической энергии. Чаще всего рабочая поза сидя, двигательные действия минимальные, малоамплитудные и незначительные напряжения мышц пальцев рук	Уверенность в себе, эмоциональная устойчивость, толерантность, память, воображение	Легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, бадминтон, плавание	Аквааэробика, йога, шейпинг, чирлидинг, бодибилдинг, фитнес
Математика, физика, информатика			Память, мышление, эмоциональная устойчивость, логическое мышление, внимание	Гиревой спорт, атлетизм, арм-спорт, шахматы, русские шашки, спортивные и подвижные игры, легкая атлетика	Силовой экстрим, пауэрлифтинг, стритбол, лапта, бодибилдинг, фитнес, сноуборд
История, культурология		Малоподвижный труд в сочетании с туристической и археологической деятельностью	Инициативность, организаторские способности, оперативное мышление	Туризм, спортивные и подвижные игры, стрельба	Историческое фехтование, дартс, паркур, стритбол, зарница, сноуборд
Социальная работа, детская психология	Повышенное нервно-эмоциональное напряжение	Подвижная деятельность, требующая умеренных затрат физической энергии, работа с неблагополучными семьями и подростками	Общая выносливость, внимание, инициативность, организаторские способности, эмоциональная устойчивость	Спортивные и подвижные игры, рукопашный бой, плавание, аэробика, лыжный спорт	Восточные единоборства, йога, паркур, стретчинг, велоспорт, лапта, скейтборл, турникмен, скандинавская ходьба
Начальные классы		Подвижная деятельность, требующая умеренных физических и повышенных психических затрат энергии	Инициативность, организаторские способности, выдержка, эмоциональная устойчивость, толерантность	Гимнастика, подвижные и спортивные игры, настольный теннис, бадминтон, шахматы, русские шашки, плавание, лыжный спорт	Стритбол, турникмен, лапта, шейпинг, фитнес, флешмоб, скейтборд, скандинавская ходьба
Музыка		Комбинированная деятельность, требующая умеренных физических и повышенных психических затрат энергии	Воображение, смелость и решительность, эмоциональная устойчивость	Спортивные и подвижные игры, бадминтон, плавание	Бодифлекс, калланетика, пилатес, велоспорт, шейпинг, бодибалет, чирлидинг, флешмоб, скандинавская ходьба
Технология, ОБЖ	Значительная физическая активность, повышенное нервно-эмоциональное напряжение		Эмоциональная устойчивость, оперативное мышление, толерантность, настойчивость	Спортивные и подвижные игры, гиревой спорт, легкая атлетика, туризм	Пауэрлифтинг, велоспорт, флешмоб, фитнес, восточные единоборства, скейтборд, сноуборд
Физическая культура			Инициативность, эмоциональная устойчивость, организаторские способности, настойчивость, толерантность	Гимнастика, подвижные и спортивные игры, настольный теннис, бадминтон, туризм, лыжный спорт	Бодифлекс, калланетика, пилатес, велоспорт, шейпинг, лапта, чирлидинг, турникмен, пауэрлифтинг, восточные единоборства, флешмоб, ролики

Студенты специальной медицинской группы и специальности «Музыка» занимаются на занятиях физической культурой калланетикой, пилатесом, фитболом, а также авторским комплексом занятий физическими упражнениями на основе дыхательной гимнастики «Бодифлекс» и элементов йоги. Данная авторская программа отвечает требованиям к занятиям со студентами специальной медицинской группы, т. к. учтены противопоказания к следующим физическим упражнениям: бег, силовые упражнения, прыжки, упражнения с большой амплитудой и т. п., а также способствует развитию голоса у студентов, занимающихся вокальным пением.

Студенты, освобожденные от занятий физической культурой по состоянию здоровья, занимаются различными интеллектуальными играми, включая шахматы и русские шашки.

В результате совершенствования программного обеспечения учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию в гуманитарном вузе каждый студент может найти деятельность, в большей степени соответствующую его физическому развитию, профессионально важным качествам, интересам, склонностям, способностям, так как правильное использование сил и возможностей каждого – это одно из ведущих условий оптимизации процесса протекания всех сфер жизнедеятельности человека.

В рамках внедрения авторской методики формирования физической культуры студентов реализована *программа развития шахматно-шашечной игровой деятельности* в образовательно-воспитательном процессе вуза.

Интеллектуальные игры – шашки и шахматы – из числа наиболее распространенных видов спорта в нашей стране и во всем мире. Эти старинные, подлинно народные игры являются наглядной формой фиксации интеллекта не только личности, но и нации в целом. Занятия шахматами и шашками оказывают

положительное влияние на воспитание и интеллектуальное развитие подрастающей молодежи, способствуют улучшению их академической успеваемости в учебном заведении. Многочисленные образовательные учреждения стран Евросоюза, осознав положительное воздействие игр, вводят обучение игре в шахматы во внеучебное время, чтобы обезопасить подростков от негативного влияния улицы [530]. Также можно отметить, что развитие и распространение шахмат, как спорта и досуговой деятельности, особенно в середине XX века, в нашей стране имело массовый характер, а также государственно-политический подтекст.

Анализ научно-теоретической и учебно-методической литературы позволил выявить, что занятия интеллектуальными играми благоприятно и всесторонне влияют на формирование гармонично развитой личности:

- интеллектуальное воздействие: развивают воображение, комбинаторное мышление, логическое мышление, творческий потенциал, уверенность в себе, оперативную память, практическое мышление (А.А. Барташников [29], А.М. Кормишкин [210], В.В. Костров [212], Я.Г. Рохлин [384] и др.); воздействуют на развитие отдельных сторон интеллектуальной деятельности, на успешность в учебе, на сосредоточенность внимания, логическую память, настойчивость, работоспособность, выработку усидчивости, самостоятельности (М.Я. Виленский [76], А.Е. Дзуэль [135] и др.);

- рекреационно-восстанавливающее воздействие: развивают комбинаторные способности, формируют умения выделять главное, ставить цель, планировать действия, выводить следствие, переносить умения на учебную деятельность, уменьшают перегрузку учащихся, служат активным средством отдыха, способствуют реабилитации детей с ослабленной жизненной позицией, нормализуют психические процессы (Я.Г. Рохлин [385], М.А. Фельдман [474] и др.);

- спортивно-соревновательное воздействие: формируют ответственность за свои действия, целеустремленность, настойчивость, терпение, способность принимать оптимальные решения в различных условиях, в том числе и в экстремальных (А.А. Барташников [29], Б.С. Гершунский [498], В.В. Князева [196] и др.);

- образовательно-развивающее воздействие: формируют познавательную потребность и активность, абстрагирование, креативность мышления (Е.Е. Васюкова [66], А.А. Тимофеев [454], М.А. Фельдман [474] и др.), развивают воображение, аналитичность, способность переключения, управление последним, способствуют выделению существенного, выбору варианта решения, убеждению в его следствии, творческому общению и обособлению, развивают внешнюю и внутреннюю речь, математические и другие специальные способности, повышают успеваемость по предметам, быстрее и качественнее усваивается учебная программа (В.В. Князева [196], Т.В. Петросян [343] и др.);

- духовно-эстетическое воздействие: содействуют эстетическому воспитанию, способствуют правильному восприятию красоты, воспитывают активную жизненную позицию, повышенный интерес к духовным ценностям, содействуют воспитанию моральных качеств (Е.С. Гижицкий [103], В.И. Линдер [249], Т.В. Петросян [343] и др.);

- воспитательное воздействие: формируют стремление к целеполаганию, целеосуществлению (общность цели и результата), умственную активность, творческие способности (В.А. Алаторцев [9], Н.М. Гнатко [106] и др.); развивают аналитические способности, самостоятельность, избирательность в оценке разных факторов, противостояние трудностям, воспитывают волю и дисциплину, развивают способность планировать, производить последовательный вариантный расчет, прогнозировать, учат адекватно оценивать свои возможности, рефлексия;

воздействуют на характер (В.И. Гончаров [110], Н.В. Крогиус [223], И.Г. Сухин [439] и др.).

Как следует из вышесказанного, воздействие занятий интеллектуальными играми на учащуюся молодежь значительно. В связи с этим актуальность развития шахматно-шашечной игровой деятельности студентов в образовательно-воспитательном процессе вуза не вызывает сомнения, поскольку в условиях продолжающихся экономических реформ высшая школа находится в активном поиске путей совершенствования сложившейся в России системы национального образования.

В рамках поэтапного внедрения методики формирования физической культуры личности будущих педагогов в педагогическом пространстве ФГБОУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт имени В. Г. Короленко» организовано развитие шахматно-шашечной игровой деятельности студентов в образовательно-воспитательном процессе вуза [299], основанное на разработанной модели (Рисунок 16).

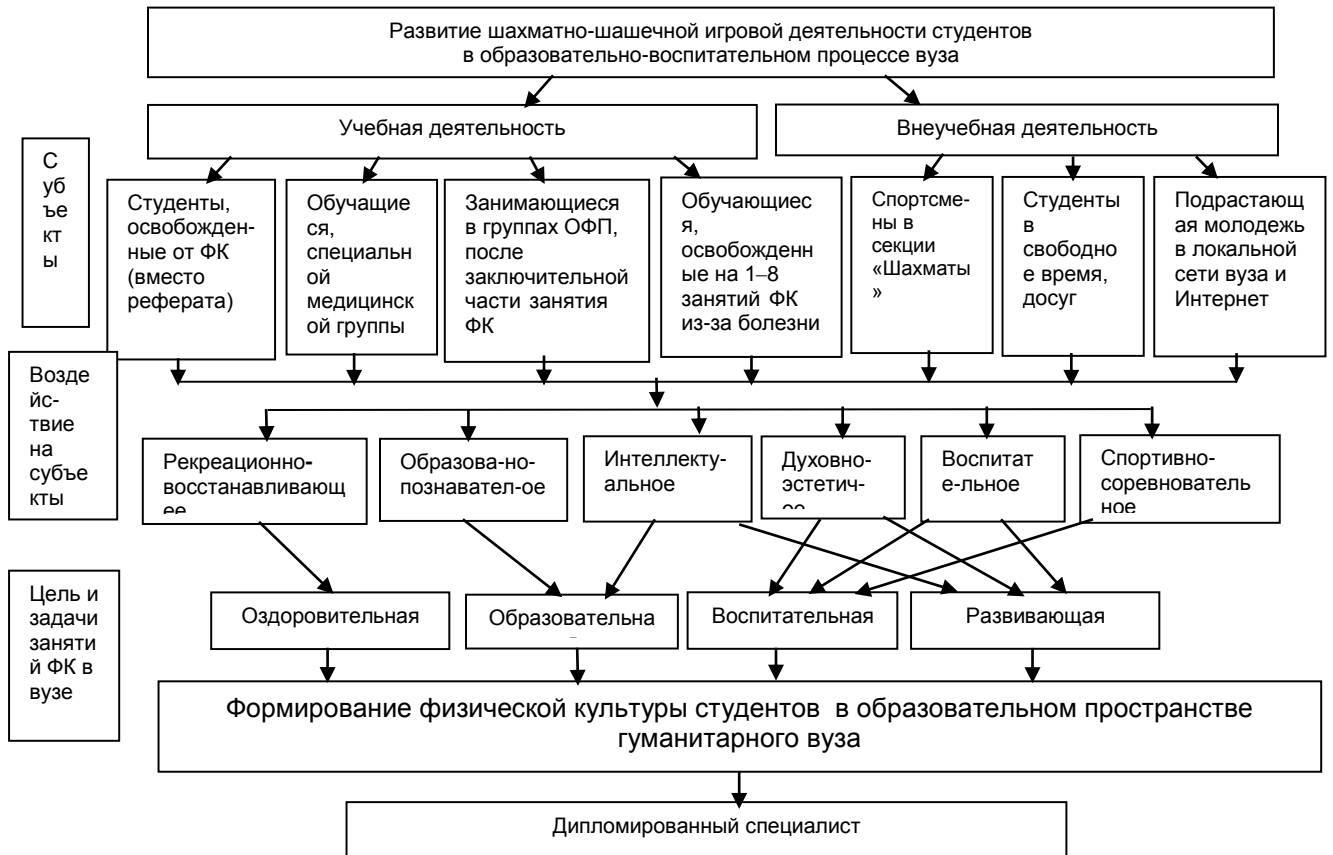


Рис. 16. Модель развития шахматно-шашечной игровой деятельности студентов в образовательно-воспитательном процессе вуза

Модель развития шахматно-шашечной игровой деятельности студентов в образовательно-воспитательном процессе вуза включает в себя взаимосвязь следующих компонентов: целевого, деятельностного, результативного.

Целевой компонент представлен системой целей и задач, направленных на развитие шахматно-шашечной игровой деятельности в образовательно-воспитательном процессе вуза.

Деятельностный компонент представлен содержанием педагогического процесса, в основе которого лежат субъект-субъектные отношения преподавателя и студента. Обучение интеллектуальным играм в образовательном пространстве

гуманитарного вуза предусматривает организацию учебной и внеучебной деятельности студентов. В учебной деятельности задействованы студенты, освобожденные от занятий физической культурой по состоянию здоровья (вместо написания и защиты реферата); учащиеся специальной медицинской группы; учащиеся, занимающиеся в группах общей физической подготовки после заключительной части занятия; обучающиеся, освобожденные на кратковременный срок от занятий физической культурой. Во внеучебной деятельности – спортсмены в секции спортивного клуба «Шахматы»; студенты в свободное время (досуг); подрастающая молодежь в локальной сети вуза и сети Интернет. Преподаватель как субъект педагогического процесса выполняет роль консультанта и организует процесс педагогического воздействия на учащегося: интеллектуального, рекреационно-восстанавливающего, спортивно-соревновательного, образовательно-познавательного, духовно-эстетического и воспитательного [299].

Результатом развития шахматно-шашечной игровой деятельности студентов в вузе является выполнение задач, поставленных перед занятиями физической культуры (образовательная, оздоровительная, воспитательная и развивающая) с целью формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Следующая экспериментальная программа, внедренная в образовательно-воспитательный процесс вуза в рамках авторской методики, – *программа реализации различных моделей занятий физической культурой в практической учебной деятельности.*

Потребность разработки содержания физкультурно-спортивной деятельности студентов и поиск новых путей решения проблем организации физического воспитания в высшем учебном заведении определили цель

исследования, которая заключается в обосновании моделей обучения физической культуре в вузе.

Учебная дисциплина «Физическая культура» в образовательном пространстве гуманитарного вуза преподается студентам 1–4-х курсов в качестве обязательного предмета в учебное (группы общей физической подготовки и специальной медицинской подготовки) и внеучебное время в спортивных специализациях и секциях спортивного клуба (основы самообороны, пауэрлифтинг, парашютный спорт, футбол, йога, калланетика, аэробика, пулевая стрельба, кикбоксинг, восточные танцы и т. п.). Анализ развития физкультурно-спортивной деятельности студентов в вузе позволил нам выявить четыре модели обучения физической культуре [297]. Для наглядного отражения разработанной экспериментальной программы мы выделили ее составляющие: содержание моделей; основная цель обучения по их реализации; основания реализации в практической деятельности; необходимые критерии реализации; основатели направления в обучении в конце XIX – начале XX века, в период становления занятия физической культурой в учебных заведениях в качестве обязательного предмета [364; 382; 383], научные деятели представленных направлений современности и практическая реализация данных моделей в образовательном пространстве гуманитарного вуза (Таблица 3).

Модели обучения физической культуре в вузе

Модели обучения ФК	Основная цель обучения ФК	Основания при реализации на практике	Критерии реализации	Представители направления во вт. пол. XIX – нач. XX в.	Представители направления современности	Практическая реализация
Здоровье сберегающая	Оздоровление обучающихся, достижение уровня физического развития для нормальной жизнедеятельности	Природосообразности содержания и оптимизации взаимодействия субъектов воспитательно-образовательного процесса	Оптимальное состояние здоровья, нормальное физическое развитие, физкультурно-оздоровительные знания, умения, навыки	П.Ф. Каптерев, К. Д. Ушинский и др.	В.Н. Соловьев, М.Я. Виленский, П.А. Виногадов, С.П. Евсеев и др.	Секции спорт. клуба, спортивные специализации, спец. мед. группы
Общественно направленная	Определяется потребностями общества, и детерминирована его мировоззренческой платформой, человек рассматривается как средство достижения социально значимых целей	Принципы унификации содержания патриотического воспитания, и формирования гражданственности и с поддержанием строгой дисциплины	Знания, умения, навыки и физическая подготовленность учащихся, что в массовой практике фактически сводится к погоне за нормативным уровнем физического развития молодежи	А.Д. Бутовский и др.	Н.И. Пономарев, Р.Т. Раевский, В.М. Выдрин, В.И. Жолдак и др.	Группы общей физической подготовки
Индивидуально-дифференцированная	Становление целостного человека, гармонизации его духовно-телесного потенциала, создание в среде образовательного учреждения условий для освоения ценностей физической культуры	Связана с антропологическими идеями, принципами культуросообразности содержания, индивидуализации и дифференциации обучения	Позитивная мотивация занятий, благоприятное психофизическое состояние учащихся, развитие духовно-нравственной сферы, самостоятельность и активность в творческом применении средств физической культуры	П.Ф. Лесгафт и др.	И.М. Быховская, В.В. Зайцева, Л.П. Матвеев, Ю.М. Николаев, Е.П. Ильин и др.	Секции спортивного клуба, спортивные специализации, группы специальные, медицинские группы
Здоровье-развивающая	Формирование физкультурно-спортивного стиля жизни и физкультурно-спортивных компетенций подрастающего поколения	Открытости и когерентности физкультурно-спортивной среды; вариативности воспитательно-образовательного процесса	Мотивационно-ценностное отношение учащихся к физической культуре и спорту, физкультурно-спортивные компетентности, самостоятельность и активность в построении физкультурно-спортивного стиля жизни, коммуникабельность, толерантность	В.Е. Игнатьев и др.	С.В. Дмитриев, В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, С.Д. Неверкович, В.В. Визитей, и др.	Секции спортивного клуба, спортивные специализации

Представленные модели обучения физической культуре получили свое развитие во второй половине XIX – начале XX века в различных учебных заведениях (И.А. Алешинцев [13], А.Г. Готалов [113]). В этот период дисциплина «Физическая культура» получила признание правительства и ведущих педагогов (П.Ф. Лесгафт [24], Е.А. Покровский [354; 355]) как необходимая и значимая в учебно-воспитательном процессе и была введена в качестве обязательного предмета в учебные заведения [119; 356; 302; 357].

Здоровьесберегающая модель обучения физической культуре строилась на принципах природосообразности содержания и оптимизации взаимодействия субъектов воспитательно-образовательного процесса (П.Ф. Каптерев [187], К.Д. Ушинский [470] и др.). Критериями развития здоровьесберегающей модели обучения физической культуре являются: оптимальное состояние здоровья, нормальное физическое развитие, физкультурно-оздоровительные знания, умения, навыки (М.Я. Виленский [76], П.А. Виноградов [79], С.П. Евсеев [139], В.Н. Соловьев [423] и др.).

Развитие общественно направленной модели обучения физической культуре в средней школе определялось потребностями общества и было детерминировано его мировоззренческой платформой, человек рассматривался как средство достижения социально значимых целей. Основными при реализации данной педагогической модели на практике являлись принципы унификации содержания, патриотического воспитания и формирования гражданственности, представленные на занятии физической культурой порядковыми, строевыми упражнениями и т. п., поддержание строгой дисциплины (А.Д. Бутовский [58] и др.). Критериями реализации общественно направленной модели обучения физической культуре определяются знания, умения, навыки и физическая подготовленность учащихся, что в массовой практике фактически в некоторых случаях сводится к погоне за нормативным уровнем физического развития детей

и молодежи (В.М. Выдрин [90], В.И. Жолдак [147], Н.И. Пономарев [362], Р.Т. Раевский [372] и др.).

Основной акцент в индивидуально-дифференцированной модели обучения физической культуре делался на становлении целостного человека, гармонизации его духовно-телесного потенциала. Целевым ориентиром данной модели было создание в среде образовательного учреждения условий для освоения ценностей физической культуры. Индивидуально-дифференцированная модель обучения физической культуре связана с антропологической идеей, одним из основоположников которой являлся П.Ф. Лесгафт [247]. Основными при реализации данной модели в практике физической культуры были принципы культуросообразности содержания и индивидуализации обучения. Критериями реализации индивидуально-дифференцированного направления в физической культуре становятся позитивная мотивация занятий, благоприятное психофизическое состояние учащихся, развитие духовно-нравственной сферы, самостоятельность и активность в творческом применении средств физической культуры (И.М. Быховская [62], В.В. Зайцева [149], Е.П. Ильин [169], Л.П. Матвеев [272], Ю.М. Николаев [315] и др.).

Формирование здоровьеразвивающей модели обучения физической культуре в учебных заведениях было связано с формированием физкультурно-спортивного стиля жизни и физкультурно-спортивных компетенций подрастающего поколения. Ведущими при реализации данной модели становились принципы открытости и когерентности физкультурно-спортивной среды; вариативности воспитательно-образовательного процесса (В.Е. Игнатьев [168] и др.). Критериями здоровьеразвивающей модели обучения физической культуре являлись мотивационно-ценностное отношение учащихся к физической культуре и спорту, физкультурно-спортивные компетентности, самостоятельность и активность в построении физкультурно-спортивного стиля жизни,

коммуникабельность, толерантность (В.К. Бальсевич [26], В.В. Визитей [71], С.В. Дмитриев [128], Л.И. Лубышева [254], С.Д. Неверкович [307] и др.).

Следует отметить, что охарактеризованные нами модели в реальной практике не всегда существуют в идеальном выражении, а взаимосвязаны друг с другом, дополняя и компенсируя специфические для каждой недостатки и ограничения. Многообразие моделей обучения физической культуре способствует развитию форм, методов и средств физического воспитания, что позволяет решать задачи оздоровления студентов, повышения уровня их подготовки к творческой и предстоящей трудовой деятельности и увеличения мотивации к ведению здорового образа жизни.

Таким образом, можно резюмировать, что выявленные выше экспериментальные программы составляют содержание авторской методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

На основе выявления этапов, определения их целевой установки и результата разработано содержание методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, которое целостно представлено в Таблице 4.

**Содержание методики формирования физической культуры
студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза**

Этап	Цель	Содержание	Результат
1	2	3	4
Мировоззренческий	Формирование мотивационного компонента физической культуры студента	<p><i>Мобильный блок (контент):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аудиокурсы в мобильных телефонах и аудиоплеерах для внеаудиторной работы студентов: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». 2. Виртуальные мобильные состязания. <p><i>Национально-региональный блок:</i></p> <p>Теоретическое и практическое изучение модулей:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психологические и физиологические особенности удмуртского этноса и народов, населяющих регион. 2. Семейные традиции удмуртов в формировании физической культуры. 3. Выдающиеся спортсмены и деятели физической культуры Удмуртии <p><i>Теоретический блок:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Интеграционный теоретический спецкурс по учебным дисциплинам «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». <p><i>Теоретико-методический блок:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вебинары с ведущими спортсменами и физкультурниками республики и округа. 2. Погружение студентов в общеинститутскую программу «Здоровье». 3. Внедрение теоретико-методической части экспериментальной программы «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта» <p><i>Практический блок:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психологическая поддержка в рамках программы вуза «Адаптация первокурсников» 2. Внедрение программы мониторинга психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности и уровня здоровья в рамках программы «Здоровье». 3. Целенаправленное введение обучающихся в образовательное пространство гуманитарного вуза. 	Студент со сформированным мотивационным компонентом физической культуры
2.Деятельностный	Формирование деятельностного компонента физической культуры студента	<p><i>Мобильный блок (контент):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Консультационное и тренировочное обучение с помощью мобильных устройств по дисциплине «Физическая культура». 2. Организация физкультурной деятельности с помощью специального сайта. 3. Подготовка с сдаче норм всероссийского комплекса «ГТО» на основе мобильных технологий. <p><i>Национально-региональный блок:</i></p> <p>Теоретическое и практическое изучение модулей:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие национальных видов физических упражнений и подвижных игр. 2. Национальные и региональные праздники как важнейшее средство формирования осознанной потребности обучающихся в ведении физкультурного образа жизни <p><i>Теоретический блок:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Участие студентов, освобожденных от занятий физической культурой в научно-исследовательской деятельности по физкультурной тематике и в работе Студенческого научного форума, обсуждение и комментарий докладов участников. <p><i>Теоретико-методический блок:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Программа шахматно-шашечной игровой деятельности в образовательном пространстве вуза. <p><i>Практический блок:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Авторская программа развития профессионально важных качеств педагогов различных специальностей средствами нетрадиционных и национальных видов физических упражнений. 2. Практическая часть модуля «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта». 3. Внедрение экспериментальной программы реализации различных моделей обучения физической культуре в учебной и внеучебной деятельности обучающихся. 	Студент со сформированным деятельностным компонентом физической культуры студента

1	2	3	4
3. Творческий	Формирование когнитивного компонента физической культуры студента	<p><i>Мобильный блок (контент):</i> Специальная подборка (классификация) мобильных приложений для портативных устройств для практической, корректирующей и контрольной работы студентов по дисциплине «Физическая культура» и дисциплинам физкультурно-формирующего цикла.</p> <p><i>Национально-региональный блок:</i> Теоретическое и практическое изучение модулей: 1. Трудовое воспитание как основа физической подготовки удмуртов. 2. Формирование патриотизма и гражданской ответственности средствами физической культуры с помощью СМИ. 3. Изучение национального языка в рамках организации физкультурных внеклассных мероприятий.</p> <p><i>Теоретический блок:</i> 1. Составление студенческих проектов по формированию физической культуры.</p> <p><i>Теоретико-методический блок:</i> 1. Программа шахматно-шашечной игровой деятельности в педагогическом пространстве вуза. 2. Тренинги физкультурно-оздоровительных умений и способностей, спецсеминары, вебинары и конференции «Физкультурно-оздоровительная деятельность студента» и «Формирование физической культуры».</p> <p><i>Практический блок:</i> 1. Авторская программа развития профессионально важных качеств педагогов различных специальностей средствами нетрадиционных и национальных видов физических упражнений. 2. Профессионально-ориентированная часть модуля «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта» дисциплины «Физическая культура». 3. Организация физкультурно-оздоровительной деятельности студентов на основе реализации общеинститутской программы «Здоровье».</p>	Студент со сформированным когнитивным компонентом физической культуры студента

Таким образом, в данном параграфе отражено содержание разработанной методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, основанной на поэтапной реализации целей, комплексе взаимосвязанных экспериментальных программ и следующих взаимосвязанных блоков: мобильный, национально-региональный, теоретический, теоретико-методический и практический.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 3

1. Выявлены этапы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза: мировоззренческий, деятельностный и творческий. Определены результаты процесса формирования физической культуры студента на каждом из этапов, разработаны структурные компоненты авторской методики и их целостное содержание: мобильный, национально-региональный, теоретический, теоретико-методический и практический.

2. Разработан и внедрен национально-региональный компонент содержания обучения в авторскую методику формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, системно дополняющий профессиональную подготовку студентов.

В связи с выявленными положениями, в исследовании определена необходимость включения национально-регионального компонента содержания обучения на основе доминирования национальной составляющей в авторскую методику для эффективного формирования физической культуры через возрождение национального самосознания и взаимосвязанных с ним факторов. В рамках реализации методики разработаны научно-методические основы внедрения национально-регионального компонента содержания обучения в образовательно-воспитательный процесс гуманитарного вуза. Внедрение национально-регионального компонента в содержание обучения предмета «Физическая культура» и дисциплин физкультурно-формирующего цикла будет содействовать: возрождению у обучающихся национального самосознания; эффективности реализации физкультурной деятельности студентов; обогащению содержания профессиональной подготовки в вузе. Разработка и внедрение национально-регионального компонента содержания обучения в образовательно-

воспитательный процесс вуза через формирование компонентов физической культуры студента дополняет авторскую методику и содержательно обогащает профессиональную подготовку в вузе.

3. Авторская методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза реализуется по блокам (мобильный, национально-региональный, теоретический, теоретико-методический и практический), по этапам (мировоззренческий, деятельностный и творческий) на основе следующих ведущих экспериментальных программ:

- программа мобильного обучения на основе реализации идей педагогики мобильного обучения с помощью разработки специального мобильного физкультурного контента для гаджетов для системного формирования каждого компонента физической культуры студента и подготовки к всероссийскому комплексу «ГТО»;

- программа внедрения национально-регионального компонента содержания обучения в профессиональную подготовку по дисциплинам: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»;

- программа интегративной теоретической подготовки в контексте формирования физической культуры студентов, основанной на междисциплинарном подходе при обучении по дисциплинам «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», читаемый на лекциях и реализованный как мобильный контент для самостоятельного аудиообучения студентов;

- физкультурно-формирующий подраздел комплексной программы «Здоровье» ФГБОУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт имени В. Г. Короленко» на 2009–2013 годы, ориентированный на формирование

физической культуры студента через популяризацию физкультурной деятельности обучающихся в вузе и здорового образа жизни всех участников образовательно-воспитательного процесса;

- программа внедрения экспериментального модуля «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта» в профессиональную подготовку студентов;

- программа формирования профессионально важных качеств студентов различных специальностей на основе нетрадиционных и инновационных физкультурно-оздоровительных систем физических упражнений;

- программа развития шахматно-шашечной игровой деятельности в образовательно-воспитательном процессе вуза;

- программа реализации различных моделей занятий физической культурой в практической учебной деятельности.

Выявленные экспериментальные программы составляют целостную систему целенаправленного воздействия на физкультурную деятельность студентов в вузе и определяют содержание авторской методики, направленной на формирование физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА

4.1. Разработка образовательного пространства как ведущее общепедагогическое условие эффективности формирования физической культуры студентов

Современные тенденции в обществе свидетельствуют о том, что показателем уровня его развития является не финансовое и экономическое благополучие, а главным образом спектр, динамика образовательного движения в социуме, ведущим носителем которого являются выпускники вузов. Главной идеей профессионального образования является идея развития и формирования личности. Огромное влияние на ее развитие оказывают возрастные, индивидуальные, культурные и профессиональные особенности, которые порождают внутренние противоречия различного характера. В свою очередь, возникающие противоречия могут выступать стимулом или препятствием для дальнейшего эффективного саморазвития личности. Одной из основополагающих целей в разрешении внутренних и внешних противоречий можно назвать создание условий для эффективной профессиональной подготовки и образования общества [425, с. 95]. При этом эффективность решения образовательно-воспитательных задач по повышению профессионального мастерства студенчества преследует наивысшую цель – пробуждение субъективности в каждом участнике образования в процессе обучения, воспитания и формирования; самореализация заложенных в человека его потенциальных возможностей.

Под условием, в частности, педагогическим, понимается такое обстоятельство процесса формирования культуры студентов, которое представляет собой результат организационных форм обучения для достижения цели его профессионального саморазвития, а также результат отбора, конструирования и применения элементов содержания и методов педагогического образования [463, с. 224].

Направления научных исследований гуманитарных вузов обходят стороной проблему кадров и качества образования на ступени профессиональной педагогической подготовки [397]. Решение этих задач возможно только при культуuroобразующем характере содержания профессиональной подготовки, в котором должны быть целостно и гармонично представлены ценности материальной и духовной культуры, науки, ведущие сферы искусства, культура труда, политическая, правовая и коммуникативная культура. Важнейшее значение в этом процессе имеет формирование физической культуры студентов.

Практика выявляет, что не всякая деятельность (с точки зрения содержания и технологии) обеспечивает достижение положительных результатов в формировании личности. Наилучшего результата можно достичь только в том случае, если для этого созданы оптимальные условия. А именно, студент в период своего обучения должен быть помещен в определенное пространство, в нашем случае – образовательное, с оптимальными условиями, обеспечивающими его всестороннее развитие, в частности, формирование его физической культуры с учетом индивидуальных особенностей в соответствии с программой образовательного учреждения и научно-техническим прогрессом, который непосредственно воздействует на данную систему [463].

Наши предложения по упорядочению формирования физической культуры студентов на различных этапах его развития заключаются в создании научно обоснованных педагогических условий, обеспечивающих его эффективность.

Наиболее общими педагогическими условиями мы считаем создание единого образовательного пространства, направленного на формирование физической культуры студентов, основанного на культурологическом подходе и сотрудничестве. В своей органической взаимосвязи и взаимопроникновении данная группа условий должна обеспечить оптимальность функционирования профессиональной подготовки в отдельности и общей системы педагогического образования в целом.

Дадим характеристику и научное обоснование каждому из выявленных педагогических условий. Одним из ключевых условий эффективности формирования физической культуры студентов является разработка образовательного пространства гуманитарного вуза.

В педагогической науке для обозначения внешних факторов социализации и профессионализации все чаще начинают применять пространственно-временные категории: «единое мировое образовательное пространство», «информационное пространство», «виртуальное пространство» и т. д. [509, с. 29]. Социально-историческая действительность бытия людей включает в себя явления образования, воспитания, развития и саморазвития, которые можно определить как педагогическую действительность. [420]. Согласно методологии и теории воспитательных систем и пространств воспитательное пространство, в аспекте нашего исследования – образовательное, является частью, формой существования, функционирования педагогической действительности, которая прогнозируема, упорядочена, организована и признана воспитанником как благоприятная совокупность условий для его личностного саморазвития (В.Д. Шадриков [495]).

Образовательное пространство определяют как систему, включающую пространство развития, воспитания и обучения, в центре которого – личность, т. е. образовательное пространство – динамическое единство субъектов образовательного процесса и их отношений [400; 507]. В этом контексте следует

отметить различные компонентные составляющие данного пространства по классификации Е. А. Александровой:

- ценностный (открытость, дифференциация, коллегиальность, единство педагогических усилий, толерантность взаимодействия и т. п.);
 - личностный (определение индивидуальной образовательной траектории, способность к взаимодействию и коммуникации, формирование инициативности обучающегося, принятие независимости занимающегося и т. п.);
 - процессуальный (комфортность педагогов и обучающихся при реализации образовательной деятельности, успешность совместной деятельности участников образовательного процесса, формирование традиций проектирования, навыков жизненного, профессионального самоопределения обучающихся и т. п.);
 - содержательный (выбор педагогом и обучающимся источников и средств необходимой информации, содействие аналитических и творческих навыков подростков);
 - материальный (наличие необходимого оборудования для реализации образовательной деятельности);
 - эмоциональный (содействие эмоционально-рецептивных, эмоционально-перспективных, эмоционально-спонтанных актов реализации деятельности и т. п.)
- [11, с. 212–213].

Образовательное пространство – это насыщенная гуманностью оболочка разнообразных образовательных систем. Только под такой оболочкой возникает атмосфера свободного поиска знаний и способов деятельности [401]. Идея такого пространства связана с отказом от представления о профессиональном образовании, принятого в прежней парадигме, как безальтернативного движения в рамках нормативных сроков обучения. В этом контексте образовательное пространство выступает как система организованно управляемых структур, как процесс педагогического взаимодействия и взаимовлияния субъектов различных

сфер, в котором постигается многомерность формирования личности, осуществляется в диалектическом единстве материального и идеального начал, в конечном итоге как результат [278, с. 37–38].

С точки зрения образовательной среды пространство определяется как часть в которой наблюдается обязательное присутствие обучающегося, представляет собой совокупность субъектной, ресурсной, технологической, рефлексивной и продуктивной составляющих [18, с. 90]. К важнейшим функциям образовательного пространства исследователи относят удовлетворение потребностей обучающегося в образовании, воспитании и самореализации [176; 290].

Физическую культуру в образовательном пространстве следует воспринимать в первую очередь как сферу утверждения человеческого осознания телесности в социуме. Только при этом условии возможно эффективное формирование физической культуры студента и применение для этого средств воздействия, соответствующих этому осознанию по своему характеру, содержанию и прикладности применения [425, с. 87].

Определим основное предназначение физической культуры в образовательном пространстве. На основе культурологического подхода физическая культура предстает как совершенствуемая потребность и способность к максимальной самореализации в качестве социально ориентированного на взаимодействие с другими и индивидуально-значимого объекта на основе применения телесно-двигательных характеристик, преобразованных в соответствии с этими целями и одним из основных принципов исследования – культуросообразности, в пределах их оптимального функционирования [62]. Значение формирования физической культуры студента в социализации заключается в том, что она обладает значительными возможностями в оказании глубокого и всестороннего воздействия на весомые характеристики и качества

личности, образовывая и развивая его физически, интеллектуально и духовно [436, с. 26–27].

Таким образом, можно заключить, что физическую культуру студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза следует рассматривать как важнейшую составляющую общей культуры коллектива высшего по форме и содержанию учебного заведения. Этот вид культуры представляет собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и метод физического совершенствования преподавателей, студентов, администрации и сотрудников для выполнения ими своих социальных функций. В свою очередь, образовательное пространство гуманитарного вуза можно представить как взаимообусловленное синергетическое триединство взаимообусловленных подпространств (учебное, внеучебное и информационное) и упорядоченную, целостную, открытую и динамичную систему образовательных элементов, связанных единой оптимально качественной, социально обусловленной и научно обоснованной структурой, едиными детерминантами, обеспечивающими интеграционные процессы в формировании физической культуры студента и в целом качество профессиональной подготовки [507, с. 34].

Физическая культура каждого преподавателя, каждого студента, каждого сотрудника в данном образовательном пространстве, преобразующемся в физкультурно-формирующее, определяется степенью их приобщенности к ценностям физической культуры, воспитанностью, образованностью, является условием творческого долголетия и социальной активности [425].

В аспекте системно-деятельностного подхода формирование физической культуры студента должно осуществляться в образовательном пространстве гуманитарного вуза, основанном на синергии трех подпространств: учебного, воспитательного (социокультурного) и информационного. Детально остановимся на характеристике каждой составляющей пространства.

Определяющую роль в формировании физической культуры студентов в образовательном пространстве вуза и реализации отмеченных выше функций в социуме играет учебное подпространство гуманитарного вуза. Оно включает в себя специальные структурные учебные подразделения вуза: кафедру физического воспитания и кафедру медико-биологических дисциплин.

В процессе получения высшего образования в гуманитарном вузе студент напрямую соприкасается с явлением, которое называется физической культурой в процессе академических занятий. Отметим, что формирование физической культуры студента осуществляется через базовые дисциплины учебного плана любого факультета вуза: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». Федеральный государственный образовательный стандарт предписывает 400 часов на учебную дисциплину «Физическая культура», из которых 40 часов отводится на лекционные занятия (теоретическую подготовку) и 360 часов на практические занятия [94]. Учебный предмет целостно направлен на формирование физической культуры студентов и преподается им в течение первых четырех лет обучения по 2 раза в неделю на 1–2 курсах и по 1 разу в неделю на 3–4 курсах. На учебных дисциплинах «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», преподаваемых на 1 курсе всех факультетов вуза, отведено на формирование физической культуры по 12 часов ($\frac{1}{3}$ аудиторной нагрузки).

Таким образом, на теоретическую аудиторную подготовку, которая является основой формирования физической культуры студента, на весь курс обучения в вузе отводится 76 часов. Теоретически раздел предусматривает овладение студентами системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования

физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового стиля жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности [366; 476].

Следует отметить и научно обосновать введение теоретической подготовки и разработки учебно-методического обеспечения для ее проведения, важность влияния организации теоретических знаний совместно с двигательной составляющей на содержание учебной работы для формирования физической культуры студента.

Во-первых, теоретическая подготовка всегда будет основой и ничем не заменимой составляющей учебной дисциплины в высшем учебном заведении, в контексте нашего исследования – предмет «Физическая культура», формой физического воспитания, которая является обеспечением необходимого уровня образованности в сфере физической культуры.

Во-вторых, учебный предмет без теоретической подготовки не может являться учебным предметом, так как не может в полной мере обеспечить образованность студента как основную составляющую профессиональной подготовки.

В-третьих, занятие физической культурой в вузе, включающее в свое содержание задачи физической подготовки, основанной на принципах и закономерностях физкультурно-спортивной тренировки и общего образования в области физической культуры, не будет содействовать эффективности формирования физической культуры студента.

В-четвертых, в условиях существующего дефицита времени, отводимого на учебные занятия по физической культуре в вузе, полноценное формирование физической культуры студентов представляется невозможным. Данное обстоятельство ставит перед выбором одной из двух альтернатив:

- только образовывать, создавая базу для грамотного использования средств физической культуры в самостоятельных занятиях, что, в свою очередь, является недостаточным без активной двигательной деятельности;

- только осуществлять заведомо бесплодные попытки воздействия на двигательные способности обучающихся, превращая учебные занятия в одну из форм общей физической подготовки или активного отдыха, тем самым лишая их при этом получения полноценного образования в сфере физической культуры [423].

Следует отметить, что выбор второго варианта означает нецелое и крайне неэффективное расходование бюджетных средств, предназначенных для преподавания учебной дисциплины «Физическая культура», что, в свою очередь, означает признание отсутствия необходимости наличия этой дисциплины в учебном плане высшего учебного заведения. Выход в сложившейся ситуации – в увеличении теоретической подготовки, предложенной нами в исследовании, на основе межпредметных связей дисциплин учебного плана: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». Следует отметить, что от успешности формирования необходимого уровня физкультурного мировоззрения и образованности зависит перерастание учебных занятий в процесс физкультурного самосовершенствования, социализации и самореализации личности.

Обучение физической культуре в вузе с акцентом на формирование системных знаний в этой сфере способствует проявлению осознанных мотивов и потребностей в телесно-двигательном самосовершенствовании, росту физической подготовленности и улучшению состояния здоровья студентов. Организация учебно-воспитательного процесса в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта требует от преподавателей вуза

преобразований в содержании работы, подчиняя его достижению основной цели – формированию физической культуры студентов, основополагающим компонентом которой является образование. При интеллектуальном воздействии необходимо сформировать у студентов целенаправленный интерес к знаниям. Познавательную потребность необходимо пополнять новым содержанием: из абстрактной потребности к новизне превратить ее на первом этапе в потребность в теоретических знаниях, а затем на втором – в потребность познания как высшую ступень развития познавательной потребности, как системную целенаправленную познавательную деятельность [204].

Следует особо подчеркнуть, что образование, в том числе и в области физической культуры, направлено на формирование посредством знаний-инструментов целостного миропонимания, которое должно стать неотъемлемой чертой личности. Если раньше основная функция преподавателя по физической культуре заключалась в трансляции социального опыта, то в современных условиях это реализация функции проектирования хода интеллектуального развития каждого конкретного студента. Следовательно, на первый план выходят такие формы деятельности преподавателя, как разработка индивидуальных стратегий обучения разных студентов, учебно-педагогическая диагностика. При условии достижения необходимого уровня образованности в сфере физической культуры студент из объекта учебно-воспитательного процесса превращается в субъект, который в процессе учебной работы, перемещаясь в пределах регламентированных параметров деятельности, сможет целенаправленно и активно влиять на процессы формирования необходимых ему качеств и свойств для достижения поставленных целей.

Таким образом, реализация в образовательно-воспитательном процессе теоретической подготовки на основе межпредметных связей содержания обучения по учебным дисциплинам («Физическая культура», «Безопасность

жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена») позволяет усиливать образовательную, интеллектуальную составляющую физической культуры студента.

Практические занятия по физической культуре осуществляются на основе Примерной программы по физической культуре, рекомендованной Министерством образования и науки Российской Федерации [366]. В рамках авторской методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза практическая подготовка реализуется по экспериментальным программам, приоритетной среди которых является внедрение мобильного обучения.

Следующая составляющая образовательного пространства гуманитарного вуза – воспитательное (социокультурное) подпространство. Так, для физкультурно-формирующей организации учебного процесса характерна взаимозависимость, которая означает, что влияние одного предмета на другой или отношение одного предмета к другому оказывает воздействие на все его составляющие. Знания, умения, навыки будут являться элементами основы формирования культуры. Эффективность учебной деятельности и в целом учебной составляющей образовательного пространства определяется не только профессиональными знаниями и навыками, но и реализацией этих ресурсов в своей деятельности, включая внеучебную, за счет развития соответствующих профессионально значимых качеств. Всесторонне развитые и сформированные способности и ценностные ориентации в воспитательном подпространстве гуманитарного вуза определяют более высокий продуктивный уровень развития личности, в контексте нашего исследования – физической культуры и в целом профессиональной подготовки.

Воспитательная составляющая образовательного пространства гуманитарного вуза включает в себя специальные структурные воспитательные, социальные и оздоровительные подразделения вуза: управление по воспитательной и социальной работе, спортивный клуб, профсоюзная организация студентов и аспирантов, центр досуга и творчества, центр студенческих инициатив, служба социально-психологической поддержки студентов, психологический клуб, комбинат студенческого питания, санаторий-профилакторий, здравпункт института, совет по воспитательной и социальной работе, кураторы и тьюторы академических групп, органы студенческого самоуправления.

Основным механизмом взаимодействия элементов воспитательного подпространства гуманитарного вуза являются: субъект-субъектные отношения, ориентированность на содержание будущей профессиональной деятельности, актуализация позитивных эмоциональных состояний, воспроизведение поведения, специфичного для конкретной профессиональной группы, наличие обратной связи на основе межличностного общения и педагогической диагностики, диагностический характер общения, проблемно-ориентированная подача информации.

Представленные выше организации внеучебного подпространства, используя современные технологии, включая информационные, и совершенствуя настоящие, основанные на личностно-ориентированной и индивидуально-дифференцированной парадигме образования, занимаются вопросами повышения качества медицинского обслуживания студентов и преподавателей, первичной профилактики заболеваний и формированием здорового образа жизни. Это, в свою очередь, позволяет обеспечивать положительную адаптацию студентов к режиму и учебному процессу в вузе, а также позволяет влиять на эффективность формирования физической культуры студентов. Координатором внеучебной

(социокультурной) составляющей образовательного пространства является управление по воспитательной, оздоровительной и социальной работе вуза.

Основной целью деятельности управления является формирование здорового образа жизни обучающихся и обучающихся, благоприятно влияющих на адаптационные процессы студентов, особенно 1–2-х курсов, что в итоге положительно сказывается на здоровье, физическом и психическом развитии студентов, научно-интеллектуальной организации учебного процесса, на профессиональной подготовке в вузе. Данной организацией в контексте формирования физической культуры студентов решаются следующие основные задачи: диспансеризация студентов с использованием доврачебного скрининга один раз в два года; создание для обучающихся благоприятных условий учебы, труда, досуга и отдыха; организация спортивной, физкультурно-массовой и оздоровительной работы в вузе и местах отдыха; реализация социально-психологических, реабилитационных и медицинских мероприятий; систематическое гигиеническое обучение и воспитание студентов; формирование у обучающихся навыков ведения здорового образа жизни и культуры самоуправления, самовоспитания и самосовершенствования. Системное решение выявленных задач является стимулирующим фактором создания благоприятных условий для ведения студентами здорового и физкультурного образа жизни, влияющего на формирование адаптивных процессов обучающихся, здоровьесформирующую организацию учебного процесса в вузе, что в конечном счете положительно влияет на эффективность формирования физической культуры студентов и в целом на успешность профессиональной подготовки.

Следует отметить, что доминирующий метод, используемый в реализации воспитательного подпространства, – эвристический. Данный метод основан на активизации самостоятельности, он содействует накоплению творческих сил: обучающимся предлагаются материалы в известной последовательности, ставятся

задачи, а до всего остального студенты доходят сами. В контексте данного метода студенты делают выводы, проводят наблюдения, самостоятельно делают все упражнения, рассуждают. Основное отличие эвристического метода от дидактического – в целевой установке, которая направлена на активизацию у студентов мыслительных процессов, содействующих развитию творчества и изобретательности [67, с. 52–53].

Третья составляющая образовательного пространства гуманитарного вуза – информационное (медиа) подпространство, которое с каждым годом занимает все более значительное место в целостном пространстве высших учебных заведений. Оно основывается на дистанционном образовании, разрабатываемым в России с конца XX века А.А. Андреевым [17], В.В. Вержбицким [69], В.Г. Кинелевым [180], В.И. Овсянниковым [327], С.В. Титовой [456] и др., которые рассматривали обучение как информационно-образовательную среду, состоящую из современных средств передачи и хранения информации. В центре стоит преподаватель не как лектор, предоставляющий знания, а как координатор или консультант познавательного процесса, в функции которого входит корректировка преподаваемого курса, предоставление консультационной помощи обучающимся по всем аспектам учебной деятельности, включая профессиональную самоидентификацию. Студент при этом сам формирует индивидуальную образовательную траекторию из модульных составляющих курсов [352].

В контексте выявления основания информационной составляющей образовательного пространства следует отметить ее ключевые особенности: в рамках использования развивающей модели образования предусматривается переход от овладения студентами навыками к развитию их познавательной активности и освоению новых видов креативной деятельности; преодоление удаленности между образовательно-воспитательным процессом в вузе и научно-

исследовательским познанием; развитие когнитивной самостоятельности и творческих способностей посредством мобильных технологий и т. п. [253, с. 13].

Следует отметить, что под информационным пространством гуманитарного вуза мы понимаем неразрывное единство информации, средств ее хранения и производства, методов и технологий работы, обеспечивающих получение информации субъектами в целях образования (Е.О. Иванова). В свою очередь, компонентами данного пространства являются информационные ресурсы, средства информационного взаимодействия и информационная инфраструктура [164, с. 28].

Организация информационного подпространства на основе мобильных технологий предоставляют большие возможности для разработки обучающих, консультирующих и контролирующих программ, ориентированных на активизацию познавательной деятельности обучающихся и формирование физической культуры студентов. Инновационные технологии в разработке мобильных средств дают дистанционному образованию ведущее достоинство – мобильность. Так, мобильные устройства, с помощью которых возможен процесс обучения, могут быть использованы в любом месте, в любое время, в том числе дома, в поезде, в автобусе и т. п. Такие новые технические устройства, как мобильные телефоны, гаджеты, игровые устройства и т. п., привлекают молодых людей, которые, возможно, потеряли интерес к образованию. Также мобильные технологии обучения обладают более высокой дидактической эффективностью по сравнению с традиционными методами и средствами поддержки обучения. При этом высокий уровень интереса обучающихся, обусловленный сначала технологической стороной использования электронных средств, способствует в дальнейшем росту интереса к содержанию теоретических и методических аспектов физической культуры.

В исследовании выявлены следующие виды дистанционного обучения на основе мобильных технологий в информационном подпространстве.

1. CBT (Computer Based Training) – компьютерное обучение CBT – использование компьютеров в интерактивном обучении и тестировании. В компьютерных классах, а также дома (в общежитии) студенты имеют возможность работать с предоставляемыми им комплектами электронных учебников, методических пособий и контрольно-тестовых материалов для формирования их физической культуры. Одной из ведущих форм данного обучения является кейсовая (портфельная), которая основывается на создании для обучения специализированных учебно-методических, модульных комплексов, помогающих осваивать учебный материал по формированию физической культуры студента как в учебное время, так и самостоятельно. Модульный принцип обучения позволяет успешно сочетать потребности и возможности обучаемых в соответствии с требованиями образовательных стандартов.

В контексте представленной формы обучения для студентов разработаны учебно-методические комплексы (УМК) по учебным дисциплинам: «Физическая культура», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Безопасность жизнедеятельности». В содержании УМК представлены следующие материалы: учебная и рабочая программы, рейтинговая система, лекционные материалы и методические материалы (методические рекомендации для преподавателей и студентов, материалы семинарских занятий, контрольно-тестовые материалы, разработки интерактивных занятий и электронные учебно-методические пособия).

2. E-learning (Electronic Learning) – электронное обучение (или интернет-обучение). E-learning – предоставление доступа к компьютерным учебным программам (courseware) через сеть Интернет или корпоративные интернет-сети, в

контексте нашего исследования – через локальную сеть вуза. Синонимом E-learning является термин WBT (Web Based Training) – обучение через вэб. Студентам предоставляется возможность доступа к получению информации (учебная литература, учебно-методические рекомендации, созданный для пользователей банк необходимых и полезных ссылок на сайты и т. п.) по формированию их физической культуры через Интернет в локальной сети вуза и через беспроводную сеть Wi-Fi [416; 455].

Одной из ведущих форм представленного обучения помимо кейсовой являются веб-занятия (интернет-занятия) – доступ в информационное подпространство обучающихся и преподавателей на любом уровне информационных ресурсов через Интернет. Для удобства обучения студентов создан специализированный сайт «Формирование физической культуры личности студента», предоставляющий целостную системную информацию обучающимся по формированию их физической культуры (Рисунок 17).

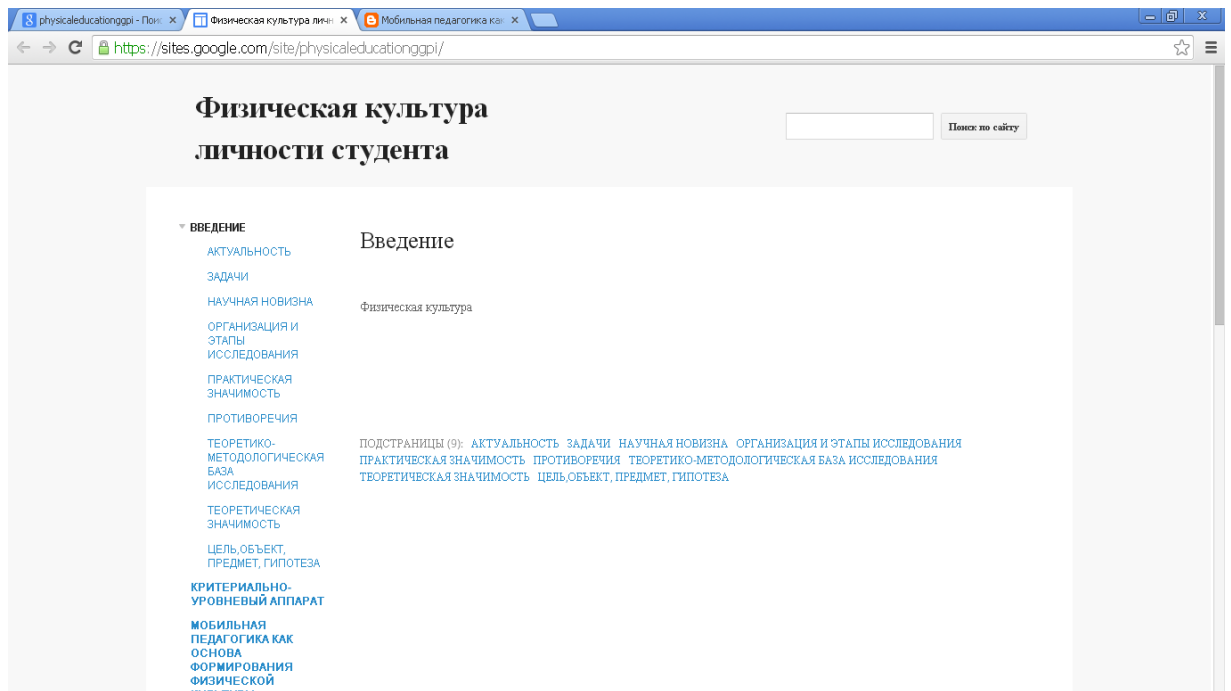


Рис. 17. Стартовое окно специализированного сайта
«Формирование физической культуры личности студента»

Также все перечисленные выше учебно-методические комплексы выложены в локальную сеть вуза, ими могут пользоваться студенты с помощью сети Интернет во всех учебных корпусах и общежитиях.

Для эффективной организации процесса формирования физической культуры студентов с помощью реализации информационных технологий нами разработан описанный выше мобильный контент.

Следующей формой электронного обучения является чат-занятие. Чат-занятия (веб-форумы) отличаются возможностью более длительной работы с асинхронным и синхронным взаимодействием обучающихся и преподавателей (онлайн и оффлайн). При таких формах участники имеют одновременный доступ к чату. В рамках многих дистанционных учебных заведений действует чат-школа, в которой с помощью чат-кабинетов организуется деятельность дистанционных курсов для педагогов и обучающихся.

В контексте формирования физической культуры для студентов созданы в сети Интернет два веб-форума. Первый, основанный на взаимодействии оффлайн, основан на разработке специализированного блога «Педагогика мобильного обучения как основа формирования физической культуры студентов», на котором студенты, преподаватели, а также все желающие могут оставлять комментарии по поводу организации исследования и общаться, оставляя в блоге индивидуальные или групповые сообщения (Рисунок 18).

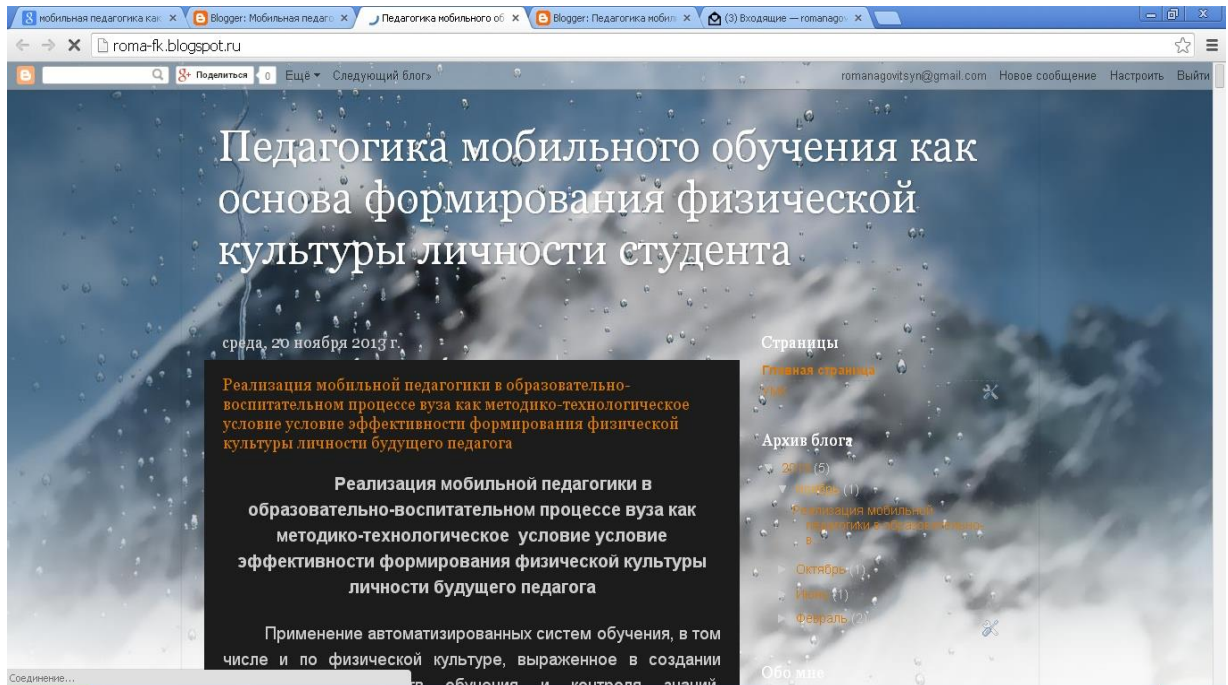


Рис. 18. Окно специализированного блога «Педагогика мобильного обучения как основа формирования физической культуры личности студента»

Второй, основанный на взаимодействии он-лайн, реализуется как страница (открытая группа) «Физкультурно-спортивная и оздоровительная жизнь в институте!» в социальной сети «ВКонтакте». Заходя в группу, любой желающий получает возможность виртуально общаться с участниками группы по интересам и выложить любую информацию (видео-, аудио- или текстовые файлы), относящуюся к физкультурно-спортивной и оздоровительной жизни института и за его пределами (Рисунок 19).

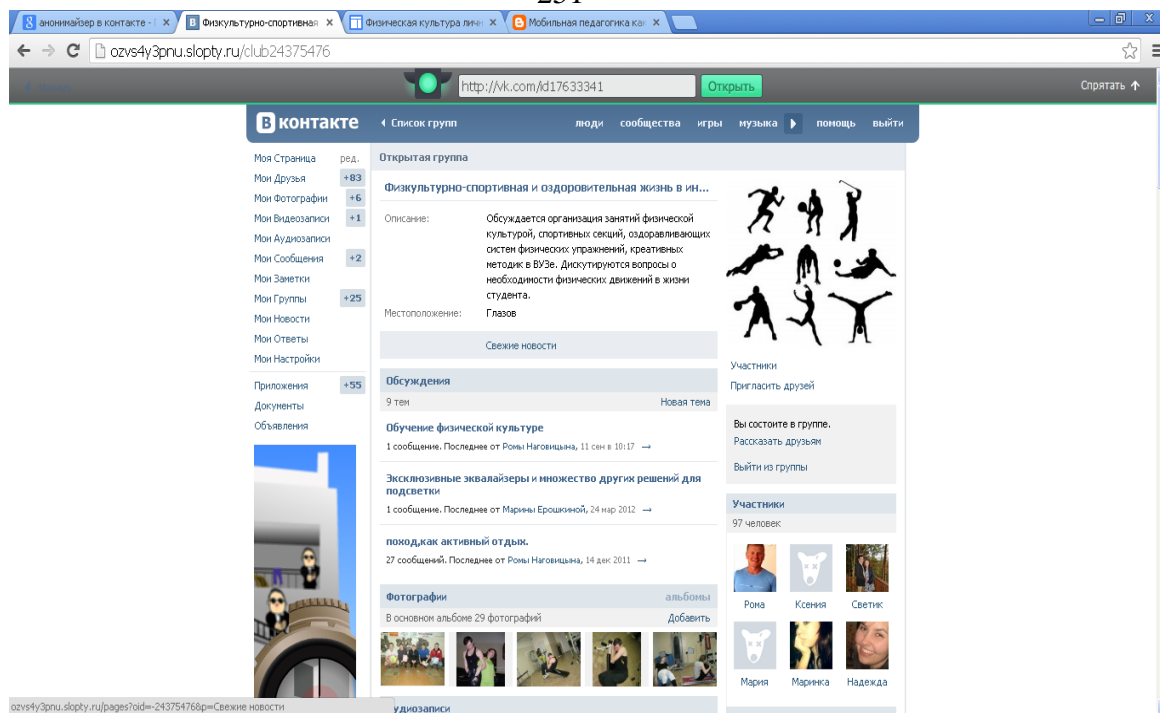


Рис. 19. Стартовое окно «Физкультурно-спортивная и оздоровительная жизнь в институте» в социальной сети «В Контакте»

3. M-learning (Mobile learning) мобильное обучение основывается на использовании мобильных устройств. Обучение проходит независимо от местонахождения с помощью использования портативных технологий.

Важнейшими формами мобильного обучения во взаимосвязи с представленными выше технологиями, которые также могут здесь применяться, являются:

- контент-форма, основанная на работе с мобильными приложениями для различных видов мобильных устройств; для эффективной организации процесса формирования физической культуры студента через реализацию мобильных технологий нами разработан комплекс мобильных приложений для содействия реализации образовательно – воспитательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура» в контексте обучения спортивным играм, легкой атлетике и т.п., организации фитнеса в тренажерном зале, развития физических качеств:

быстроты, силы, выносливости, ловкости и гибкости для подготовки к сдаче нормативов для занятий физической культурой и испытаний всероссийского комплекса «ГТО»;

- аудиоформа реализуется на основе применения мобильных телефонов и аудиоплееров для обучения; разработанные электронные курсы для самостоятельной работы студентов по учебным дисциплинам «Физическая культура», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» с помощью специальных программ закладываются в формате MP3 в мобильные телефоны и аудиоплееры студентов; электронные аудиокурсы составлены с учетом учебной нагрузки, отведенной в учебной программе на внеаудиторную (самостоятельную) работу; время, отведенное на прослушивание курса точно соответствует объему времени, утвержденному учебной программой для изучения тем самостоятельной работы.

Контроль выполнения самостоятельной работы по определенной теме осуществляется с помощью авторской методики тестирования. Она основывается на включении в текст аудиокурса определенных кодов, состоящих из отдельных слов или фраз не по теме курса, которые студент должен услышать и зафиксировать. Положительное прохождение теста, а именно предоставление преподавателю после прослушивания правильных кодов, позволяет определить прохождение или непрохождение внеаудиторного (самостоятельного) обучения студентом.

Таким образом, важнейшей задачей преподавателя в процессе управления формированием физической культуры студента при погружении его в информационное подпространство является развитие у обучающегося мотивации к самостоятельному поиску, обработке и восприятию новой информации и ее

использованию. Внимание студента необходимо сконцентрировать на самостоятельном обучении.

Построение образовательного пространства гуманитарного вуза основывается на разработке модели с описанием структурных компонентов и их функциональных связей (Рисунок 20).



Рис. 20. Структура образовательного пространства гуманитарного вуза для эффективного формирования физической культуры студентов

Резюмируя все вышесказанное в этом параграфе, следует выявить, что для эффективного формирования физической культуры студентов необходимо, чтобы построение образовательного пространства гуманитарного вуза способствовало достижению целей:

- повышению уровня здоровья, физического, психического и интеллектуального совершенствования студенческой молодежи;
- полноценному использованию средств физической культуры для разностороннего формирования личности и профилактики вредных привычек;
- популяризации среди обучающихся здорового образа жизни и физкультурной деятельности в вузе.

Достижение этих целей предполагает решение комплекса следующих задач:

- понимание социальной роли физической культуры в формировании целостной личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- развитие мотивационно-ценностного отношения к занятиям физической культурой, ведению здорового образа жизни;
- формирование личностной установки на физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей в гармоничном триединстве образовательных подпространств (учебное, социокультурное и информационное).

4.2. Реализация педагогики мобильного обучения как методико-технологическое условие эффективности формирования физической культуры студентов

Применение автоматизированных систем обучения, в том числе и для обучения физической культуре, выраженное в создании компьютерных средств обучения и контроля знаний, программно-аппаратных средств пользователей и технологий, разработка мультимедиапродуктов позволило значительно усовершенствовать профессиональную подготовку в вузах, в частности, в процессе формирования физической культуры, положив начало новому направлению в педагогике – медиапедагогике. Эта наука расширила представление обучающихся об информатизации современного образования; позволила рассмотреть современное понимание медиасредств, их виды и образовательные функции, а также возможности и последствия их негативного влияния на детскую и подростковую аудиторию; раскрыла дидактические, психолого-педагогические и методические аспекты применения медиа в обучении и воспитании; позволила изучить способы применения различных медиасредств в учебно-воспитательном процессе; содействовала формированию практических навыков использования образовательных медиапродуктов и ресурсов для решения образовательных, воспитательных, исследовательских задач [279].

В контексте информатизации образования, понимаемого нами как система мер по модернизации педагогического процесса на основе внедрения в обучение и воспитание информационных технологий, появились многочисленные исследования. Следует обратить внимание на научные работы по реализации современных информационных технологий в образовании (А.Д. Иванников [162], А.С. Казаринов [178], Р.Р. Камалов [183], В.Г. Кинелев [193], А.А. Кузнецов [229], М.П. Лапчик [242], И.В. Роберт [378] и др.), исследования, посвященные

использованию Интернета в качестве информационной поддержки образовательно-воспитательного процесса (А.Д. Иванников [162], Т.В. Регер [375], А.Н. Тихонов [457] и др.), труды по теории программирования (В.Е. Жужжалов [148], И.О. Одинцов [329], E.W. Dijkstra [528] и др.), научные изыскания по основам дистанционного и мобильного обучения (И.Н. Голицына [109], В.А. Куклев [232], С.В. Титова [455], J.B. Traxler [557] и др.), исследования, посвященные современным информационным технологиям в учебном процессе по физическому воспитанию (Ю.Д. Железняк [145], В.В. Зайцева [149], М.А. Новоселов [323], П.К. Петров [341], М.М. Чубаров [493] и др., в частности, использование видеохостинга, например, YouTube, в физическом образовании молодежи (Mikael Quennerstedt [541] и др.) и мобильного контента для занятий физической культурой в учебных заведениях (Joanne Leight [541], Randy Nichols, Greg Forrest, Zhang Wei и др.). В научных трудах по информатизации физкультурного образования особо подчеркивается разработка направлений информационно-коммуникационных технологий, связанных с интенсификацией всех уровней учебно-воспитательного и тренировочного процессов.

Разработке целенаправленного проектирования, конструирования и реализации информационно-педагогического ресурса в информационно-образовательной системе муниципалитета посвящено исследование Р.Р. Камалова. Автор в исследовании показывает, что модернизация муниципальной системы образования, ориентированная на поиск путей обеспечения новых образовательных результатов средствами информационных технологий, должна быть направлена на создание системы открытого использования обозначенного ресурса, в которой учащиеся могут построить индивидуальную образовательную траекторию [181]. В свою очередь, деятельность субъектов в условиях системы и

педагогических технологий, организованных на основе механизмов вовлечения ресурса, дает более качественные результаты [180].

В.Г. Кинелев в своих работах определяет необходимость реформирования высшего образования на основе информационных и коммуникационных технологий, большое внимание уделяет внедрению дистанционного образования в образовательно-воспитательный процесс образовательных учреждений [193]. В своих исследования И.В. Роберт освещает проблемы информатизации образования. Его исследования направлены на разработку возможностей современных информационных технологий в образовательном процессе, педагогической целесообразности их применения и перспективных направлений их использования в обучении современной молодежи [378]. В своих научных трудах С.В. Титова доказывает необходимость разработки концепции интеграционного подхода к обучению иностранным языкам, характеризующегося эффективным сочетанием педагогических и информационных технологий на базе информационно-обучающей среды вуза [456]. В новых условиях информатизации высшего образования этот подход, по утверждению ученого, должен быть направлен на формирование основ информационной культуры студентов, необходимых для использования информационно-коммуникационных технологий в профессиональной деятельности, для формирования их познавательных способностей и стремления к самосовершенствованию [455].

Исследованиями, посвященными современным информационным технологиям в образовании, в частности, в учебном процессе по физическому воспитанию, занимались в своих научных трудах Ю.Д. Железняк, В.В. Зайцева, П.К. Петров и М.М. Чубаров.

В своих исследованиях М.М. Чубаров решает проблему оптимизации процесса формирования физической культуры студентов высших учебных

заведений инженерного профиля с помощью теоретико-методологической разработки интегративной информационной педагогической технологии исследования системно-структурной подготовленности студентов по предмету «Физическая культура» и реализации авторской программы в учебном процессе по физическому воспитанию [493]. Ю.Д. Железняк особое внимание в научных трудах уделяет современным информационным технологиям для обеспечения научно-методической деятельности, для математико-статистической обработки материалов, а также для оформления работы и планирования научного исследования в области физической культуры и спорта [145]. Разработкой индивидуального подхода к физическому воспитанию и его реализации на основе компьютерных технологий занималась в своих научных исследованиях В.В. Зайцева [149]. Она предложила оригинальный подход к внедрению компьютерных консультаций по оздоровительной физической культуре [149].

Особо следует отметить исследования П.К. Петрова, в которых он определяет, что основные направления использования информационно-коммуникационных технологий в физической культуре и спорте прежде всего связаны:

- с развитием личности и подготовкой будущих специалистов к комфортной жизни в условиях информационного общества;
- с реализацией социального заказа на специалистов в области физической культуры и спорта, обусловленного информатизацией сферы физической культуры и спорта;
- с интенсификацией всех уровней учебно-воспитательного и тренировочного процессов.

С учетом этого он выделяет направления использования информационно-коммуникационных технологий в физической культуре и спорте:

- в качестве средства обучения, совершенствующего процесс преподавания и повышающего его эффективность; при этом реализуются возможности программно-методического обеспечения современных компьютеров с целью сообщения знаний, моделирования учебных, тренировочных и соревновательных ситуаций, осуществления тренажа и контроля за результатами обучения;

- в качестве средства информационно-методического обеспечения и управления учебно-воспитательным и организационным процессами в учебных заведениях, спортивных организациях и т. п.;

- в качестве средства автоматизации процессов контроля, коррекции результатов учебно-воспитательной и учебно-тренировочной деятельности и компьютерного тестирования физического, умственного, функционального и психологического состояний занимающихся;

- в качестве средства автоматизации процессов обработки результатов соревнований и научных исследований;

- в качестве средства организации интеллектуального досуга, развивающих игр;

- в рекламной, издательской и предпринимательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;

- при организации мониторинга физического состояния и здоровья различных контингентов занимающихся [341].

Таким образом, на основе разработок информационных технологий в сфере физической культуры стало возможно анализировать физическое состояние каждого обучающегося, составлять прогноз и выявлять риск возможных заболеваний, делать индивидуальные программы физкультурных тренировок с учетом особенностей физического развития, физической подготовленности и функционального состояния организма, составлять поурочный план занятий с долгосрочной реализацией всей программы, осуществлять текущий, итоговый

контроль динамики физического развития и т. п. Использование информационных технологий в образовательном процессе позволило детально оценивать все стороны деятельности студентов, особенности их физического, психического и функционального состояния, умственную работоспособность и успеваемость. В свою очередь, такой анализ предоставил возможность студентам четко видеть свои преимущества и свое отставание, а преподавателям проводить мониторинг достижения каждого студента.

В конце XX – начале XXI века в связи с массовым распространением Интернета начинает зарождаться в качестве самостоятельного особый тип педагогики на основе медиапедагогики – дистанционная педагогика (педагогика дистанционного обучения) – со своим понятийным аппаратом и принципами. Согласно приказу Минобрнауки РФ № 137 от 06.05.2006 г. «Об использовании дистанционных образовательных технологий» дистанционные технологии – это образовательные технологии, реализуемые в основном с помощью применения информационных и телекоммуникационных технологий при опосредованном взаимодействии обучающегося и педагогического работника [365]. Дистанционная педагогика вмещает в себя основные принципы и подходы заочной и очной форм обучения со смещением акцента на самостоятельное изучение материала. Ее развитие позволило решить такие проблемы, как взаимодействие обучающихся и обучающихся, обучение тьюторов, внедрение новых интерактивных методов обучения и т. п. В своих научных исследованиях А.А. Андреев целостно характеризует дистанционное обучение как целенаправленный, организованный процесс интерактивного взаимодействия педагогов и обучающихся, остающийся неизменным по отношению к их расположению в пространстве и времени, реализуемый в специфической дидактической системе [17].

Основная задача дистанционной педагогики заключается в том, чтобы социализировать обучающихся, адаптировать их к профессиональной деятельности в социальной системе. Современный мир переходит к новым представлениям о месте человека на Земле, о распространении принципов морали, способных объединить не только жителей разных стран, но и людей многих поколений. Социально-психологические аспекты последствий таких переосмыслений требуют специального анализа. Сегодняшний мир техники и прогрессивно ускоряющегося научно-технического прогресса – во многом порождение понятного желания людей уберечь от смысловой перестройки свой внутренний мир, так как проще изменить окружающий мир, чем приспособить себя к нему. В этом контексте воздействуют не реформы, а необходимость пересмотра системы взглядов, этических норм взаимоотношений как с людьми, так и с окружающей средой. Восприятие этих явлений, их осмысление – трудная образовательная задача, которую решает и дистанционная педагогика. Необходимо соединение в сознании студентов событий, до того представлявшихся не связанными между собой, что требует новых приемов и принципов обучения.

В контексте изучения основ дистанционного обучения следует обратиться к исследованию И.М. Ибрагимова, в котором он детально обосновывает преимущества дистанционных технологий:

- интерактивность, которая делает участие обучаемого более активным, заставляет его стараться достигнуть максимального результата, помогает преподавателям включить в курс более сложные материалы;

- запоминаемость, которая содействует ощущению у обучаемых важности изучаемого материала; в этом помогает также структурирование заголовков изучаемых тем, обеспечивающее удержание в памяти необходимой информации; это, в свою очередь, делает более вероятным применение ими полученных знаний

в будущих реальных проектах; кроме того, организация заголовков помогает избежать повторов, которые часто снижают эффективность электронного обучения;

- гибкость в использовании, которая предусматривает возможность обучения сотрудников с различным уровнем подготовки и различными возможностями; необходимо, чтобы обучаемые могли легко осваивать учебный курс, следить за своим обучением, а также могли вернуться на ту позицию, где находились на предыдущем сеансе изучения учебного курса;

- предоставление помощи и инструкции для прохождения курса, средства навигации, подсказки для выполнения заданий, ссылки для получения определений, поддержка при возникновении технических вопросов и др.; кнопка вызова помощи должна быть доступна с любого слайда курса, это поможет обучающимся сосредоточиться на обучении, а не отвлекаться на досадные помехи; для гибкости работы обучаемых полезно предусмотреть раздел, посвященный часто задаваемым вопросам, а также словарь терминов, которые могут быть незнакомы обучаемым;

- доступность, позволяющая использовать различные способы доставки учебного контента; если учебный материал доступен с помощью Интернет, то необходимо обеспечить возможность использования этих материалов вне работы [161, с. 55–57].

Дистанционное обучение как основная составляющая дистанционной педагогики определяется в двух ипостасях. Под дистанционным обучением понимается обмен информацией между обучаемыми и обучающим с помощью электронных сетей или иных средств телекоммуникации. Под знанием понимается информация, а личный опыт обучаемых и их деятельность по конструированию знаний не организуется. При втором подходе доминантой выступает продуктивная деятельность обучаемых, которая выстраивается с

помощью современных средств телекоммуникации. Этот подход предполагает интеграцию информационных и педагогических технологий, обеспечивающих интерактивность взаимодействия субъектов образования и продуктивность учебного процесса. Личностный, креативный и телекоммуникативный характер образования – основные черты дистанционного обучения данного типа. Особым преимуществом дистанционного обучения является возможность учета индивидуальных темпов обучающихся, насыщенная и быстрая обратная связь с педагогом и однокурсниками [483, с. 151; 502].

Дистанционную педагогику с точки зрения виртуального образования считают ситуативной, так как особенности ее применения определяются всякий раз конкретными условиями обучения и той образовательной ситуацией, которая существует в данном пространстве, в данное время, между данными субъектами и объектами образования [483, с. 148]. Дистанционная педагогика необходимым условием в организации обучения на расстоянии считает учет психологических особенностей: перенос основного внимания на самостоятельную работу при неограниченных возможностях получения информации, внедрение инновационных методов обучения, имеющих характер коллективных исследований, рассчитанных на поиск и принятие решений в результате самостоятельной творческой деятельности [126].

В контексте изучения методологических основ дистанционных технологий следует отметить систему принципов реализации педагогического процесса дистанционного обучения, предложенную Э.Г. Скибицким в своих исследованиях:

- целесообразность в контексте ограничения сферы применения дистанционного обучения для решения педагогических задач;
- личная инициатива и опосредованное взаимодействие через создание условий для проявления устойчивого познавательного интереса к обучению;

- индивидуализация в аспекте реализации учебной деятельности, основанная на учете индивидуально-типологических особенностей и возможностей личности;
- самостоятельность усвоения знаний через создание оптимальных условий для личностного приобретения студентом знаний, умений и опыта;
- проектирование учебной деятельности, выраженное в создании таких моделей обучения, которые позволяют подходить к их применению как к средству сознательной и активной деятельности участников обучения;
- гарантированность, обеспечивающая такой уровень подготовки специалистов, который позволяет им соответствовать требованиям рынка труда;
- эргономичность через выполнение дидактических требований при разработке системы принципов данного обучения для достижения оптимального результата;
- непрерывная информационная поддержка технологичности педагогического процесса на основе ориентации в применении педагогически направленного и полезного дидактического обеспечения;
- комплексность, предполагающая всесторонний системный учет специфики всех составляющих системы обучения [408, с. 80–81].

Учебные материалы прошли длинный путь эволюционных и революционных изменений: книги, печатные издания (УМК, хрестоматии, практикумы); обучающие программы (электронные учебники); мультимедийные системы; в настоящее время четвертое поколение – сетевые системы. Все поколения учебных материалов не отвергают друг друга, а интегрируются в единую обучающую среду. Отсюда важно повышать общую информационную культуру преподавателей.

Как свидетельствуют различные социологические исследования, около 90 % учеников и обучающихся подростков имеют компьютер и обладают хотя бы

одним мобильным телефоном, а у 75 % есть портативные игровые устройства, более 90 % используют сетевые технологии не менее 1 часа в день [227, с. 133]. В последнее десятилетие появился новый тип дистанционной педагогики – мобильная педагогика (педагогика мобильного обучения) – обучение и воспитание на основе дистанционных технологий с помощью мобильных и портативных устройств. Инновационными тенденциями в образовании является реализация мобильной педагогики, основанной на мобильном обучении и воспитании, которая сочетает в себе различные ее виды, чтобы сделать образование более эффективным и интересным. Мобильное обучение сочетает в себе преимущества различных форм, лучше всего подходит к контексту обучения в интерактивной учебной среде. Одной из форм такого обучения является мобильное физкультурное обучение, которое можно комбинировать с другими его видами, обеспечивая интерактивные условия для образования студентов.

Для разработки основ мобильного обучения в контексте формирования физической культуры студента нами были детально изучены основные мировые разработчики контента в области мобильного образования:

1. Lynda.com (1995) – образовательная компания (Калифорния), предоставляющая более ста онлайн-тренингов для изучения компьютерных, дизайнерских и бизнес-навыков, позволяющих достигать личных и профессиональных целей.

2. Khan Academy (2006) Salman Khan. Сайт академии предоставляет доступ к более чем 3 600 бесплатным лекциям по математике, истории, здравоохранению, финансам, физике, химии, биологии, астрономии, экономике и др.

3. Проект (2009): «New technologies, new pedagogies: Mobile learning in higher education» (University of Wollongong) по исследованию использования мобильных технологий для разработки новых способов обучения. Проект основан

на использовании инновационного подхода к профессиональной подготовке студентов при использовании мобильных устройств в обучении различным учебным предметам (Jan Herrington, Anthony Herrington, Jessica Mantei, Ian Olney, Brian Ferry, Greg Forrest и др.).

4. Coursera (2012) Daphne Keller and Andrew Ng (2012) – образовательный онлайн-проект, предоставляющий всем желающим бесплатный доступ к образовательным курсам лучших учебных заведений мира.

5. EdX (2012) – проект в сфере онлайн-обучения, созданный Гарвардом и MIT, предлагающий бесплатный доступ к более чем 60 курсам, разработанным университетами Беркли, Остина, Джорджтауна, Гарвардом, MIT и др.

6. Udacity (2012) Sebastian Thrun – образовательная организация, предлагающая около 30 курсов, разработанных не только университетскими профессорами, но и ведущими отраслевыми экспертами по таким направлениям, как компьютерная наука, дизайн, математика, технологический бизнес.

7. Проект (2012, 2013) Mobile Learning Experience Arizona K12 Center in affiliation with Northern Arizona University.

8. Проект (2013) «Мобильное образование XXI века» на базе МГУП имени Ивана Федорова.

9. Проект (2013) «Универсариум», реализуемый Московским государственным университетом имени М. В. Ломоносова, Высшей школой экономики, научно-технологическим инновационным комплексом «Сколково».

В результате анализ мобильного контента, предлагаемого в указанных выше проектах, позволил выявить, что они ориентированы на использование идей мобильного образования, реализуются на основе использования открытого доступа к ресурсам, включая доступ с мобильных устройств. Однако, проекты не ставят своей целью модернизацию занятий физической культурой в контексте внедрения мобильных технологий.

Педагогика мобильного обучения тесно связана с понятием «интернет-образование (интернет-обучение)», так как может осуществляться без удаленности педагога от обучающихся, обеспечивая лишь доступ в Интернет в качестве средства обучения. По отношению к понятию «дистанционное обучение» оно является видовым отличием, более строго регламентирующим технико-технологическую специфику обучения – использование сети Интернет. Отличительной особенностью мобильного обучения от интернет-обучения является существенное различие в технологии обучения, а именно в цели, механизмах, средствах и методах обучения [483, с. 147]. Мобильные технологии внедряются с помощью мобильного контента, в контексте нашего исследования – специально систематизированного для дидактических целей программного обеспечения, операционной системы и платформы, созданных и качественно работающих только на мобильных устройствах. Специфика данного образовательного контента основана на возможности обучаться независимо от места и времени, в любое свободное время и в течение всей жизни.

С точки зрения автоматизации процесса образования с использованием компьютеров педагогика мобильного обучения взаимообусловлена положениями киберпедагогики и электронной педагогики, зародившихся в конце XX века. В.А. Плешаков говорит: «Киберпедагогика представляется нам инновационной отраслью психолого-педагогической мысли, научно обосновывающей специально организованную целенаправленную и систематическую деятельность по кибервоспитанию, киберобучению и киберобразованию современного человека в процессе его киберсоциализации средствами современных информационно-коммуникационных, электронных, цифровых, компьютерных и образовательных технологий» [348]. Центральная идея киберпедагогики базируется на киберонтологической концепции образования (В.П. Беспалько [44], В.А. Плешаков [349], О.И. Воинова [82] и др.), которая основывается на

непосредственной связи обучающегося с электронными, компьютерными и цифровыми технологиями, которая определяется образовательными возможностями и условиями функционирования и жизнедеятельности личности в киберпространстве, с учетом различных факторов киберсоциализации человека.

В контексте обоснования методологии педагогики мобильного обучения следует обратить внимание на изучение дефиниции «информационная педагогика». Данный феномен основан на положениях электронной дидактики и педагогической информатики. Для определения сущности данной категории мы обратимся к исследованию О.В. Насс. В данном исследовании, посвященном раскрытию тезауруса педагогической информатики, мы выявляем, что «информационная педагогика – это междисциплинарная отрасль знания о закономерностях и методиках использования автоматизированных информационных систем и систем обучения, создаваемых для совершенствования и повышения эффективности педагогической деятельности и решения частных дидактических задач на базе комплексного использования теории методологии общественных наук, а также методов и средств информатики и вычислительной техники» [304, с. 81–82].

Продолжая анализ места педагогики мобильного обучения в системе образования, следует отметить, что мобильную педагогику (или педагогику мобильного обучения), можно определить как вид педагогики высшей школы. В свою очередь, она является одной из отраслей возрастной педагогики и изучает закономерности учебно-воспитательного процесса, протекающего в вузах всех уровней аккредитации, исследует специфические проблемы получения высшего образования в современных условиях, в том числе по компьютерным сетям, дистанционно (посредством Интернета) [331, с. 5; 337, с. 12; 351, с. 22–23].

Концептуальная идея мобильной педагогики заключается в преодолении противоречия между потребностями современной молодежи в организации

образовательно-воспитательного процесса, реализующегося на заинтересованности подростков в системном познании чего-либо с помощью нетрадиционных средств и форм обучения в любое время независимо от их местоположения, в контексте нашего исследования – мобильного обучения с применением портативных гаджетов, и традиционной системой образования в вузе, которая не готова обеспечить эти нововведения. Весте с тем общество понимает, что традиционная схема получения образования в первой половине жизни человека морально устарела и нуждается в замене непрерывным образованием и обучением в течение всей жизни, что может обеспечить реализация педагогики мобильного обучении, для которой характерны интерактивность, мобильность, индивидуальность и сотрудничество в процессе обучения [1, с. 111].

В контексте методологического обоснования педагогика мобильного обучения взаимообусловлена аксиоматикой дистанционного обучения:

1. Мотивация, заинтересованность современной молодежи в обучении в течение всей жизни независимо от местоположения с помощью мобильных технологий, которое включает в себя специальный мобильный контент и игровые приложения.

2. Консультационная поддержка и регулирование образовательно-воспитательного процесса со стороны педагога (наставника) в контексте восприятия обучаемым предложенного для обучения мобильного контента.

3. Осуществление мониторинга и системы контроля за эффективностью внедрения мобильных технологий.

4. Свободный доступ к интерактивному общению между участниками мобильного обучения.

5. Дифференциация образовательного ресурса в контексте внедрения мобильных технологий.

6. Динамичность визуализации знаний через совершенствование мобильного контента для портативных устройств [195, с. 61–62].

Педагогика мобильного обучения основывается на следующих положениях и сущностных параметрах:

1. Цель – формирование способности к непрерывному обучению в течение жизни в любом месте и в любое время.

2. Основная идея обучения заключается в познании и осмыслении процесса обучения.

3. Интегральная характеристика – школа свободного и творческого самовыражения.

4. Ведущий принцип – принцип мобильности (или мобильного обучения).

5. Преобладающий характер взаимоотношений – субъект-субъектный.

6. Стил ь взаимодействия: обратная связь, гибкость, доступность, диалогичность, рефлексивность.

7. Формы организации процесса: дистанционные, виртуальные, мобильные, автономные, персонализированные.

8. Методы обучения: телекоммуникативные, мультимедийные, интерактивные, многоканальные, модульные, оценочные.

9. Вид деятельности: информационный, своевременный, непрерывный, познавательный.

10. Способы усвоения при обучении: самостоятельная познавательная деятельность в виртуальной группе, анализ, синтез.

11. Функции преподавателя: виртуальный консультант, мобильный тьютор.

12. Позиция обучаемого: наличие свободы выбора, интереса к деятельности, оригинальность, аналитичность.

Для наглядного представления отличительных особенностей различных характеристик педагогики мобильного обучения от традиционной и

инновационной на основе изучения научной литературы [3; 126; 232; 234; 413; 455; 557] показаны основные сущностные параметры: цель, интегральная характеристика, тип и характер взаимоотношений, девиз обучения, характер и стиль взаимодействия, формы организации, методы обучения, основной принцип, ведущий тип деятельности, осваиваемый обучаемым, формула обучения, способы усвоения, функции преподавателя, позиция обучаемого (Таблица 5).

Таблица 5

**Сравнительные характеристики педагогики мобильного обучения,
традиционной и инновационной**

Сущностные параметры	Традиционная педагогика	Инновационная педагогика	Педагогика мобильного обучения
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Цель	Формирование знаний, умений, навыков	Развитие способности самостоятельно ставить и отыскивать решения новых нестандартных проблем, создавать в ходе проектной деятельности новые продукты – проекты	Формирование способности к непрерывному обучению в течение жизни в любом месте и в любое время
Ведущий принцип	Продавливание	Выращивание	Мобильного обучения
Основная идея обучения	Делай, как я	Я вместе с тобой	Познай и осмысли
Интегральная характеристика	Школа памяти	Школа развития	Школа свободного и творческого самовыражения
Преобладающий характер взаимоотношений	Субъект-объектный	Субъект-субъектный	Субъект-субъектный
Стиль взаимодействия	Авторитарность, монологичность, закрытость	Демократичность, диалогичность, открытость	Обратная связь, гибкость, доступность, диалогичность
Формы организации процесса	Фронтальные, индивидуальные	Групповые, коллективные	Дистанционные, виртуальные, мобильные, автономные, персонализированные

1	2	3	4
Методы обучения	Иллюстративно-объяснительные, информационные	Проблемные, проблемного изложения, эвристический, исследовательский, рефлексивный	Телекоммуникативные мультимедийные, интерактивные, многоканальные, рефлексивные, оценочные
Вид деятельности	Репродуктивный, воспроизводящий	Продуктивный, творческий, проблемный	Мобильный, критичный, своевременный, информационная обратная связь
Способы усвоения при обучении	Заучивание, деятельность по алгоритму	Поисковая деятельность, рефлексия	Самостоятельная познавательная деятельность в виртуальной группе, анализ, синтез
Функции преподавателя	Носитель информации, хранитель норм и традиций	Организатор сотрудничества. консультант	Виртуальный консультант, мобильный тьютор
Ключевые результаты	Пассивность, сдержанность интересов и мотивов	Активность, наличие мотива и интереса к самосовершенствованию	Наличие свободы выбора, интереса к деятельности, оригинальность, аналитичность

Следует отметить, что внедрение педагогики мобильного обучения в образовательно-воспитательный процесс вуза способствует эффективности организации обучения в образовательных учреждениях, реализации важного психолого-педагогического условия, заключающегося в следующем. Изначально в человеке не заложена потребность выполнять чьи-либо волевые указания, особенно это проявляется в контексте физического напряжения. Существует прямо противоположное желание человека сопротивляться принуждению, что начинает ярко проявляться в старшем школьном возрасте и продолжается в студенческий период. Так, командными методами, которыми оперирует традиционная педагогика, воспитывать положительное отношение к обучению практически невозможно или чрезвычайно проблематично. Это ведет к

противоречию между социумом и личностью, между предлагаемыми для обязательного использования средствами, методами образовательного процесса и индивидом. Природа личности и деятельностный подход к ее функциональному совершенствованию обуславливают использование на практике всего многообразия видов деятельности, совокупное строение которых – это единство позитивных сдвигов в социальной и биологической сферах индивида на пути его восхождения к самоактуализирующейся личности.

Традиционная образовательная парадигма не обеспечивает согласованность между внешними целями, определяемыми образовательной системой, и внутренними позициями личности, присущими ее саморазвитию. Особенно это проявляется при обучении подрастающей молодежи, когда жизненные ориентиры молодых людей часто вступают в противоречие со смыслотворческой деятельностью образовательного учреждения. В традиционной педагогике обучающийся является объектом процесса обучения, ему отводится пассивная роль в восприятии информации. При этом не учитывается ориентация, заключенная в самой сущности формирования личности, в частности, у подростка изначально заложена потребность познавать, но не обучаться. В свою очередь, образовательно-воспитательный процесс, осуществляемый на базе внедрения идей мобильной педагогики, основанной на реализации высокого дидактического потенциала мобильных устройств и технологий и устойчивого интереса обучающихся к познанию через них, которые помогут при условии их грамотной интеграции перейти к новой образовательной модели высшей школы, создает новый взгляд на обучение и воспитание студентов. При использовании мобильных технологий способность мышления обучающихся отличается от их способности мышления при использовании традиционной технологии, так как студенты имеют возможность обучаться, когда хотят заполнить время, а не по

принуждению. Немедленная реакция на просьбы о помощи или обратной связи позволяет обучаться в индивидуальном темпе [303, с. 51–54].

Основные идеи педагогики мобильного обучения обусловлены концепцией школы будущего, ведущая идея которой заключается в тезисе: «Точка начала – естественное любопытство подростков, точка приложения – средства для удовлетворения этого любопытства». С этой задачей возможно справиться с помощью мобильных технологий, поскольку они могут удовлетворить тысячи вкусов и потребностей на основе выполнения множества функций и принимать тысячи ликов. В конечном итоге мобильное устройство дает подростку возможность экспериментировать, осуществляя свой индивидуальный творческий замысел [263, с. 139].

Следует отметить, что реализация положений педагогики мобильного обучения позволяет адаптировать образовательно-воспитательный процесс в образовательных учреждениях, в контексте нашего исследования – профессиональной подготовки в гуманитарном вузе, под деформацию современной молодежи из поколения Homo Sapiens в представителей Homo Digital. Последнее поколение потеряло навыки самостоятельного написания текстов, создания рисунков, названные навыки подменяются навыками компиляции, использования готовых форм, макетов, имиджей и т. п., т. е. наблюдается полная зависимость людей от компьютеров и, в частности, портативных устройств. В контексте личностных и культурных изменений происходит следующее: потеря грамотности и вычислительных способностей обучающихся, ориентированность на зрительную память, снижение сосредоточенности на какой-либо информации и способности к анализу, узурпация сознания интеллектуальными программами и памяти мобильными, электронными носителями [227, с. 136].

В ракурсе вышесказанного John Traxler утверждает, что мобильное обучение полностью меняет процесс обучения, так как мобильные устройства модифицируют не только формы подачи материала и доступа к нему, но и способствуют созданию новых форм познания и менталитета. Обучение становится своевременным, достаточным и персонализированным (just-in-time, just enough, and just-for-me) (John Traxler [557]). Такой тип обучения характеризуется мультимедийностью, структурированностью, доступностью, модульностью и интерактивностью. Мобильные технологии трансформируют баланс между процессом обучения и участием обучающегося. Именно поэтому мобильное обучение – это новая форма обучения, отличная от дистанционного или смешанного, характеризующая новый виток развития информатизации человеческого общества.

Данная точка зрения поддерживается исследователями проекта Mobl21 [542] и зарубежными исследователями (M. Bransford M., J. Douglas), которые также подчеркивают различие между мобильным обучением и так называемым e-learning, говоря, что уникальность мобильного обучения заключается в том, что обучающиеся прежде всего не связаны с определенным временем и местом, учебный материал всегда под рукой, изучается в любое время, поэтому такое развитие событий позволяет им привыкнуть к мысли, что учиться нужно и можно всегда, в любое удобное время [522]. Выявлено, что мобильное обучение заключается не столько в перенесении учебных материалов на компактный экран и применении удобных устройств, которые всегда находятся под рукой, сколько в разработке новых учебных мобильных материалов, оно предполагает использование инновационных подходов в отличие от разработки традиционного дистанционного курса.

Педагогика мобильного обучения в контексте обучения в течение всей жизни тесно взаимосвязана с концепцией lifelong learning. В XX веке полученные

знания отражали объективную реальность и были актуальны и востребованны в течение нескольких десятилетий. В современный период в силу прогрессирования динамики экономических и социальных процессов, возросшей ценности информации, высокой мобильности ситуация резко меняется. Полученные знания в течение 5–7 лет уже не отражают действительности и в них нет необходимости на рынке труда. Феномен *lifelong learning* породил спрос на образование со стороны всех членов общества, включая взрослое население. Виртуальными студентами стали те, у кого нет времени, возможности или желания обучаться за партой. К ключевым преимуществам данного обучения можно отнести: массовость обучающихся одновременно, экономическая выгодность, гибкий график, независимость от местонахождения, использование ведущих технологий, демократичность обучения, общедоступность мировых образовательных ресурсов, обновляемость контента. *Lifelong learning* соответствует современной компетентностно-ориентированной концепции образования, в которой акцент ставится на обучение умению самостоятельно находить необходимую информацию, выделять проблемы, искать пути их решения, критически анализировать полученные знания и применять их на практике [488, с. 9–10].

Таким образом, можно выявить, что формирование культуры студента, как и любое развитие, есть разрешение определенных противоречий. От характера и результата их решения зависит уровень личностной самореализованности и адаптированности. Наиболее важным является определение сущности противопоставления. В этом ракурсе традиционная педагогика подразумевает противоречие между знанием и незнанием, которое актуализирует лишь гностическую, когнитивную сторону деятельности обучающихся, не затрагивая личностную сторону. В свою очередь, обучение на основе идей мобильной педагогики оказывает содействие формированию физической культуры через решение внутренних противоречий индивида между ощущаемыми параметрами

реального и идеального образов «Я». В личностном аспекте педагогика мобильного обучения тесно связана с концепцией педагогики сотрудничества через осуществление индивидуально-дифференцированного подхода к обучающимся. В методологическом аспекте она взаимообусловлена личностно-ориентированным подходом и принципами гуманной педагогики (Ш.А. Амонашвили [14], М.М. Бахтин [31], А.С. Макаренко [259; 260], В.А. Сухомлинский [441; 442], С.Т. Шацкий [499] и др.). Разработка новой парадигмы базируется на психологическом обосновании основных положений нового вида педагогики. Следует указать в этом контексте на научные исследования Л.С. Выготского [87], А. Маслоу [269], К. Роджерса [380], С.Л. Рубинштейна [386], Э. Эриксона [510], в которых говорится о том, что слияние достижений педагогической и психологической наук создало предпосылки для создания новой парадигмы образования.

Особо стоит подчеркнуть важность использования мобильного обучения для повышения уровня коммуникации между преподавателем и студентами на основе привлечения внимания владельца портативного устройства к сообщению, полученному в режиме ожидания [161, с. 123]. В этом контексте мобильное обучение – это новая форма обучения, отличная от дистанционного или смешанного, характеризующая новый виток развития информатизации человеческого общества. [164, с. 20]. Существенным образом меняется форма обучения, которая как нельзя лучше соответствует идее обучения «через всю жизнь». Если обучающиеся соприкасались, учась в школе или вузе, с этой формой обучения, они уже заранее подготовились к современным условиям жизни и работы. Данная форма обучения также соответствует современной компетентностно-ориентированной концепции образования, в которой акцент ставится на обучение умению самостоятельно находить необходимую

информацию, выделять проблемы и находить пути их решения, анализировать приобретенные знания и использовать их на практике [455].

Таким образом, можно определить, что дефиниция «педагогика мобильного обучения» понимается в исследовании как специальная отрасль педагогики, наука об образовании, обучении и воспитании, раскрывающая закономерности развития личности в процессе мобильного обучения и образования на основе дистанционных технологий с помощью мобильных и портативных устройств, реализованная на создании новых форм познания и менталитета, характеризующаяся мультимедийностью, структурированностью, доступностью, модульностью и интерактивностью.

Мобильное обучение в качестве основной составляющей данного вида педагогики придает новое качество обучению, наиболее полно отражает тенденции в образовании современного человека, обеспечивая постоянный доступ к информации в любой момент времени, является новым инструментарием в формировании человека информационного общества, в котором зарождается и развивается медиасреда обучения, независимая от места и времени.

Мобильный телефон (смартфон) – это средство воспроизведения текстовых, графических, аудио- и видеофайлов, которые могут содержать обучающую информацию. При применении мобильных телефонов обучение осуществляется на основе использования специальных программ для платформ сотовых телефонов, которые способны открывать и просматривать файлы таких офисных программ, как Office Word, Power point, Excel. Имея в памяти мобильного телефона файлы, содержащие обучающую информацию, можно просматривать их версии, адаптированные специально для экрана телефона, с удобными полосами прокрутки, с подходящим шрифтом и удобным интерфейсом.

В связи с увеличением по новым учебным планам количества часов для подготовки специалистов и бакалавров, внеаудиторной (самостоятельной) работы

студентов назрела такого обучение приобретает особую актуальность. Традиционные формы самостоятельного обучения и его контроля не отвечают современным требованиям прогресса во всех сферах, включая высшее образование, и не приносят необходимых положительных результатов, не пользуются популярностью среди студенческой молодежи.

Современные подходы к организации педагогического процесса в учебных заведениях различного уровня подразумевают широкое использование информационных технологий, в том числе мобильного обучения. Компьютеризация учебного процесса повышает роль средств обучения. В отличие от традиционных форм организации учебного процесса такие средства превращаются в универсальные, что позволяет совершенствовать их на основе общих принципов, опираясь на концептуальные подходы к обучению.

В ближайшем будущем возрастет необходимость наличия у каждого подростка мобильного устройства, так как от него будет зависеть оптимальная жизнедеятельность человека. Рассуждать о правдивости этого утверждения можно долго, выделяя в ней долю фантастики и авантюризма, однако внедрение компьютерной техники, мобильных устройств определяет это с достаточной долей истинности. Современные мобильные устройства постепенно начинают заменять субъекты обучения и воспитания подрастающей молодежи, оказывают консультационную помощь в любых жизненных ситуациях [181; 287].

Стремление к созданию современных электронных образовательных средств в духе общей концепции мобильного обучения наблюдаются во всем мире. При этом принцип един: за счет электронных средств целенаправленно создается образовательное пространство, отвечающее некоторому запросу (общества или государства). В образовательной модели мобильного обучения информационные технологии используются для создания среды, в которой общение обучающегося с компьютером происходит «один на один». Концепция

подразумевает использование специально разработанного устройства, которым обучающиеся и преподаватели могут пользоваться в школе и дома. Наличие Интернета является обязательным компонентом этой учебной модели. Мобильное обучение отменяет необходимость создания специальных компьютерных классов и дает свободу обеспечивать учащихся онлайн-приложениями по мере образовательных возможностей.

В контексте разработки различных моделей педагогики мобильного обучения с позиции положений дистанционного образования можно выявить следующие модели обучения:

- формирующая модель (четкая постановка цели и задач обучения; пошаговое управление процессом обучения; внешнее стимулирование деятельности обучающегося; непрерывный контроль; модулирование учебного материала; оценка усвоения каждого модуля; оперативная коррекция деятельности подростка);

- развивающая модель (выявление в обучении ключевых идей, основных понятий, закономерностей, принципов; формирование у обучающегося системных знаний, навыков и способов деятельности; моделирование определенных зависимостей в графической или иной форме, синтезирование обучения, включение подростков в формирование теоретических обобщений, стимулирование самостоятельного решения обучающегося познавательных задач);

- исследовательская модель (организация проблемных ситуаций в образовательной деятельности, стимулирование поисковой деятельности обучающихся, организация диалога между подростками, взаимодействие самостоятельной поисковой деятельности занимающихся с усвоением ими готовых выводов науки) [150, с. 169; 180; 295].

Главным элементом данного обучения является программа, понимаемая как упорядоченная последовательность рекомендаций (задач), которые передаются с помощью дидактической машины или программированного учебника и выполняются обучаемыми. Известно несколько видов организации программ, называемых также алгоритмами программированного обучения: последовательно-подготовительный алгоритм; параллельно-подготовительный алгоритм; последовательно-корректирующий алгоритм; параллельно-корректирующий алгоритм; алгоритм переноса; аналитический алгоритм; синтезирующий алгоритм; алгоритм оценки и упорядочения.

Разработка сценариев обучающих программ должна строиться на реализации современных педагогических техник, предполагающих активность, самостоятельность, получение обратной связи от обучающихся [181]. На основе вышеизложенного алгоритма программированного обучения и таксономии уровней обученности Б. Блума в исследовании нами составлен и предложен специальный комплекс мобильных приложений в аспекте разработки формирования когнитивного компонента физической культуры студента и его физкультурной компетентности.

В результате изучения научно-методического материала по внедрению мобильных технологий в образовательно-воспитательный процесс образовательных учреждений определены принципиальные положения, на которых основывается педагогика мобильного обучения:

- наличие конкретной дидактической цели в каждой конкретной ситуации, определяемой обучающимися и заложенной в учебном задании;
- определение необходимого объема знаний, умений, навыков на каждой ступени познавательной деятельности обучающегося (от незнания к знанию);
- выработка у обучающегося психологической установки на самостоятельное систематическое пополнение знаний;

- создание условий для самоорганизации и самодисциплины обучающегося в овладении методами познавательной деятельности; использование в качестве инструмента педагогического воздействия и управления в процессе обучения.

При разработке содержания мобильного обучения нами выявлены следующие его принципиальные достоинства:

- мобильное обучение расширяет рамки учебного процесса за пределы стен учебного заведения и студенческого кампуса, портативные устройства могут быть использованы в любом месте, в любое время, в том числе дома, в поезде, в автобусе и т. п.;

- такие новые технические устройства, как мобильные телефоны, гаджеты, игровые устройства и т. п., привлекают молодых людей, которые, возможно, потеряли интерес к образованию;

- информационные технологии обучения обладают более высокой дидактической эффективностью по сравнению с традиционными методами и средствами поддержки обучения, при этом высокий уровень интереса обучающихся, обусловленный сначала технологической стороной использования электронных средств, способствует в дальнейшем росту интереса к содержанию теоретических и методических аспектов физической культуры личности [109];

- мобильное обучение с помощью мобильного устройства делает обучение индивидуальным;

- гибкость, возможность немедленного доступа к информации, необходимой для конкретной работы, с помощью мобильных устройств позволяет повысить качество обучения человека;

- в процессе мобильного обучения обучающийся осуществляет саморегуляцию с помощью самостоятельного приобретения знаний; приобретает знания по своей инициативе; проводит самоорганизацию и самоуправление; управляет собственным развитием;

- предоставляется возможность учиться людям с ограниченными возможностями, в том числе и с временными ограниченными возможностями;
- присутствует экономическая составляющая, так как обучение не требует приобретения персонального компьютера и бумажной учебной литературы;
- учебные материалы легко распространяются между пользователями благодаря современным беспроводным технологиям (WAP, GPRS, EDGE, Bluetooth, Wi-Fi) [455].

В ходе исследования определены основные требования к техническим средствам мобильного обучения:

1. Портативность и доступность к использованию везде, где пользователь может учиться.
2. Индивидуальное приспособление к человеку.
3. Ненавязчивость для обучаемого при изучении материала и поиске знаний.
4. Физическая доступность в течение длительного периода времени.
5. Интуитивность использования для людей без предыдущего опыта использования такой технологии [455].

Таким образом, в данном параграфе мы определили, что педагогика мобильного обучения основывается на интеграции дистанционной, гуманной, медиапедагогики и самостоятельных видов педагогики. Ее потенциальные возможности на основе компьютерной, электронной и мобильной составляющих по своей эффективности значительно превосходят традиционные формы обучения, применяемые в высшей школе, поскольку сочетают в себе различные формы и средства обучения, воздействующие на различные виды деятельности обучаемых. Как основа представленного вида педагогики, мобильные технологии способствуют своевременному усвоению значительного объема информации, что весьма существенно в условиях интенсивного прогрессирующего развития научно-технологического прогресса, при котором технологические знания

обновляются каждый год с тенденцией к сокращению этого периода. В мобильных технологиях обучения реализован огромный арсенал средств, позволяющих активизировать познавательную деятельность студентов, что, в свою очередь, является важнейшим условием эффективности формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

4.3. Управление и обеспечение педагогического процесса как специфическое, личностно-развивающее условие эффективности формирования физической культуры студентов

Категория «управление» в таких науках об общих закономерностях процессов управления, как кибернетика, является базовым понятием. Педагогическое управление с кибернетических позиций представляет собой процесс перевода управляемой системы из одного состояния в другое под воздействием системного управления. При этом обучающийся рассматривается не только как объект воздействия педагога, но и как субъект деятельности, обладающий свойствами самоуправления и самоорганизации. В этом аспекте объектом педагогического управления определяется познавательная физкультурная деятельность студентов. Управление такой деятельностью осуществляется непосредственно педагогами или опосредованно через педагогическое пространство [334, с. 154].

Дефиниция «управление» происходит от древнеанглийского «manage», которое произошло от латинского слова «манус», что означает «рука». В педагогическом менеджменте применяется слово «руководство». В современной науке и практике эти понятия выступают как идентичные, взаимозаменяемые. В целом категорию «управление» можно представить как процесс планирования,

организации, мотивации и контроля, необходимый для актуализации и формулировки достижения целей организации [281].

Под управлением в научном труде В.А. Сластенина, И.Ф. Исаева и др. понимается деятельность, направленная на выработку решений, организацию, контроль, регулирование объекта управления в соответствии с заданной целью, анализ и подведение итогов на основе достоверной информации [336, с. 224].

Разработкой проблемы управления педагогическим процессом занимались в своих научных трудах С.И. Архангельский [19], С.М. Годник [107], Р.Х. Шакуров [496] и др. Согласно трактовке управленческого принципа, представленного в исследованиях этих ученых, процесс обучения и воспитания имеет структуру, в которую входят управляющая и управляемые подсистемы. Управляющая подсистема как субъект управления включает в себя функции разработки, планирования, диагностики, регулирования, мобилизации ресурсов, а также социально-психологическую функцию. Управляемая подсистема как объект управления составляет совокупность обучаемых. Основной целью данного управления является перевод его в самоуправление воспитанием, образованием, развитием и в целом формированием культуры студентов.

Используя приведенную трактовку управленческого принципа в качестве основной, следует раскрыть особенности управления процессом формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе переноса на него элементов сущности и особенностей управления педагогическим процессом.

На основе вышеизложенного в контексте нашего исследования мы понимаем под управлением целенаправленное системное воздействие преподавателя на студентов в целом и на каждого студента в отдельности для достижения сформированности их физической культуры в образовательном

пространстве на основе учета природы и логики развития данного процесса и индивидуальных личностных особенностей студентов.

Отличительными особенностями управления процессом формирования физической культуры студентов являются:

- взаимообусловленность и взаимосвязь с процессом формирования физической культуры личности студента в педагогическом пространстве;
- надежность системы управления, выраженная в способности сохранять и осуществлять заданные функции и задачи в любой ситуации, включая нестандартные;
- системность, целостность, планомерность и целенаправленность регулирующего воздействия;
- наличие причинно-следственных и обратных связей между субъектом управления, а именно организатором процесса формирования и его объектом, в контексте нашего исследования – студенческим коллективом и отдельным студентом;
- динамичность субъекта управления, определяющая оперативность его способности переходить из одного качественного состояния в другое.

Процессами управления системы формирования физической культуры студентов являются: управление самостоятельной деятельностью обучающихся, система мониторинговых исследований, разработка методики и мобилизация ресурсов.

Система мониторинговых исследований включает в свое содержание диагностику состояния всех направлений физкультурной деятельности, которая проводится с помощью специально разработанного диагностического инструментария. Объектами мониторинга являются: компоненты и критерии физической культуры студента, оценка причин эффективности или неэффективности экспериментального исследования после каждого этапа

(мировоззренческий, деятельностный и творческий), управление изменениями, потребности, ожидания и удовлетворенность результатами процесса.

Разработка методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза реализована по блокам на основе различных ведущих экспериментальных программ. Мобилизация ресурсов осуществлялась на основе определения материальных, административных, технических ресурсов для реализации процесса формирования физической культуры студентов на уровне вуза, факультета, структурного подразделения, распределение обязанностей и ответственности участников экспериментального исследования.

Управление самостоятельной деятельностью обучающихся являлось наиболее существенным признаком самосовершенствования, саморазвития и самоформирования физической культуры студентов. В этом ракурсе следует отметить, что представленная работа обеспечивает возможность осуществления обучающимися самостоятельной физкультурной деятельности и формирует саморазвитие студента. При этом под самостоятельной физкультурной деятельностью понимаем деятельность обучающегося, которую он совершает без непосредственной помощи и указаний преподавателя, руководствуясь сформированными ранее представлениями о порядке и правильности выполнения различных операций. В этом случае самостоятельность рассматриваем как систему навыков сознательной самоорганизации [515].

Самостоятельная работа студентов является одной из основных форм обучения в вузе. Высшая школа призвана готовить специалистов к работе, реальные условия которой требуют непрерывного саморазвития и самосовершенствования знаний, умений и навыков. Обучение в вузе представляет очень важную часть активной жизни будущего педагога, поэтому одной из основных задач образования в вузе является подготовка специалиста, способного

к непрерывному самосовершенствованию и самоформированию. Выполнение этого необходимого условия во многом зависит от управления организацией самостоятельной работы, которая способствует сближению учебного процесса вуза с реалиями будущей профессиональной деятельности. Такой вид деятельности предполагает высокую активность, инициативу и настойчивость студентов в приобретении знаний. Стремление к достижению высокого уровня физической подготовленности студентов формируется при непосредственном управлении педагогами [334, с. 180–181].

В ракурсе исследования управления самостоятельной физкультурной деятельности следует обратить внимание на исследование отношения студента к себе как субъекту физической культуры (М.Я. Виленский, В.Г. Щербаков). По мнению исследователей, самопознание и саморазвитие являются инструментарием открытия обучающимися своего неисчерпаемого личностного и творческого потенциала, выявления тех сфер жизнедеятельности, где этот потенциал может быть использован в полной мере. Формирование культуросообразного и деятельно-практического отношения к собственному телу как одной из главных ценностей требует значительных волевых, физических и нравственных усилий, мобилизации творческого потенциала, умения активизировать свои природные возможности, т. е. проявления субъектности [477, с. 74].

В аспекте субъектности студента в сфере физической культуры ученые определяют следующие процессы:

- самосознание как осознание своей физической сущности, ее ценности и смысла существования, построения образа своего тела;
- самопознание как познание своих психофизических и личностных качеств, отношений в физической культуре личности, уровня их формирования;
- самоопределение как сознательный выбор видов и форм двигательной и

интеллектуальной активности, здорового стиля жизни на основе самопознания и адекватной самооценки;

- самоорганизация как организация себя в проявлении своей физкультурной деятельности, целеустремленность, решительность, ответственность, критичность в оценке результатов своих действий;

- самообразование как целенаправленное управление своей познавательной деятельностью, приобретение систематических физкультурных знаний;

- самовоспитание как сознательная и целенаправленная деятельность по совершенствованию своего поведения и взаимодействию с окружающим миром в соответствии с правилами здорового образа жизни [368; 369];

- самосовершенствование как управление развитием своих качеств, способностей, умений, ведущих к физическому совершенству;

- саморегуляция как целесообразное управление своими потребностями и чувствами, овладение методами и приемами эмоционально-волевой регуляции;

- самоактуализация как наиболее полное выявление и воплощение своих потенциальных возможностей в конкретных результатах учебной и физкультурной деятельности;

- самореализация как реализация и утверждение себя в физкультурной деятельности, самостоятельном и последовательном формировании своей физической культуры [477, с. 74–75].

Следует отметить, что в аспекте нашего исследования необходимо определить субъектность будущего педагога в процессе формирования физической культуры, которое проявляется в процессе самоформирования. Данный процесс определяется как целенаправленное системное управление своей физкультурной деятельностью по поэтапному и покомпонентному формированию своей физической культуры в соответствии с концептуальными положениями исследования на основе предложенной экспериментальной методики и

разработанных педагогических условий в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Средства обеспечения формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза:

- информационно-аналитическое обеспечение: создание специализированных сайтов, обеспечение доступа в Интернет и к локальной сети вуза, издание информационных пособий для студентов, методических пособий для кураторов академических групп, ведение специальных рубрик на сайте института, сайтах факультетов, в факультетских газетах и т. п.

- нормативно-правовое обеспечение: разработка и внедрение в практику нормативно-правовых документов, необходимых для эффективной физкультурной, оздоровительно-профилактической деятельности и т. п.

- научное, организационно-методическое обеспечение: изучение передовых разработок в области формирования физической культуры студента и здоровьесберегающих технологий в образовании, разработка и реализация учебно-методических комплексов, внеучебных образовательных мероприятий, обобщение данных диагностики и т. п.;

- административное обеспечение: создание координационного обеспечения при кафедрах, деканатах и на уровне вуза, реализующего основные направления процесса формирования физической культуры студентов, организация рабочих групп на факультетах, а также других служб, ответственных физкультурную и оздоровительно-профилактическую деятельность;

- финансовое, материально-техническое обеспечение: планирование материальных ресурсов для организации физкультурной и оздоровительно-профилактической работы.

Для полноценности и системности процесса управления формированием физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного

вуза следует определить основные этапы управления педагогическим процессом: подготовительный, основной и заключительный. На подготовительном этапе решались основные задачи: целеполагание, диагностика условий, прогнозирование достижений, проектирование и планирование развитие педагогического процесса. Этап осуществления педагогического процесса (основной) включал в себя основные задачи: постановка и разъяснение целей и задач предстоящей деятельности, взаимодействие педагогов и студентов; применение намеченных методов, средств и форм педагогического процесса; создание благоприятных условий для эффективности формирования физической культуры; осуществление разнообразных мер стимулирования физкультурной деятельности студентов; обеспечение связи педагогического процесса с другими процессами. Завершающий этап педагогического процесса (заключительный) решал следующие задачи: анализ и самоанализ хода и результатов педагогического процесса после его завершения [340].

Процесс формирования физической культуры студентов представлен в модели организации управления и обеспечения педагогического процесса в контексте формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза (Рисунок 21).

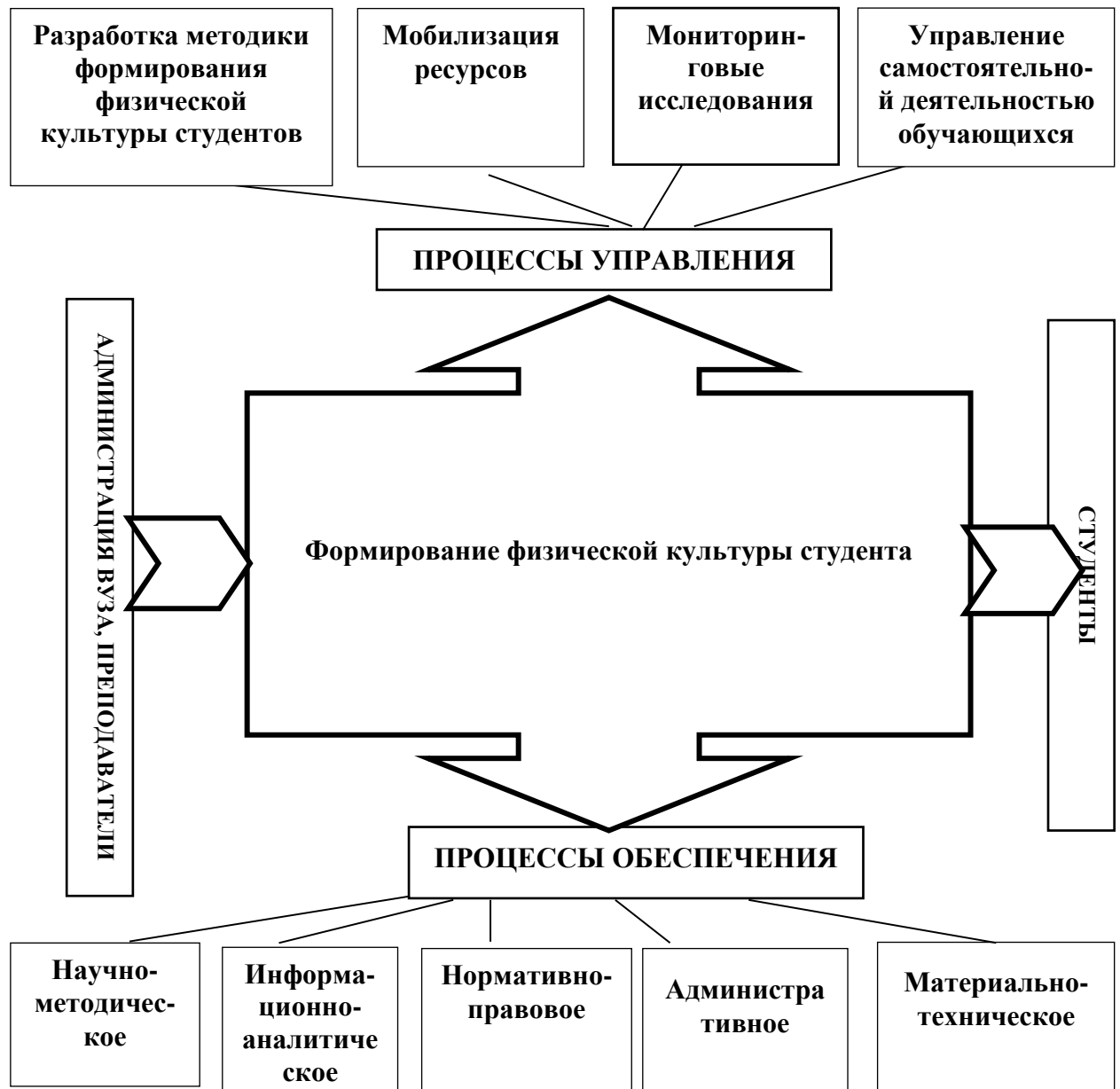


Рис. 21. Модель управления и обеспечения педагогического процесса

Модель представляет собой управление и обеспечение педагогического процесса, перечень направлений и конечный итог организации формирования физической культуры студента. Разработанная модель основана на принципах педагогического проектирования и научных разработок в области управления

качеством процесса.

Таким образом, в данном параграфе показана разработка системы управления и обеспечения педагогическим процессом как специфическим, личностно-развивающим условием эффективности формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза. Данные процессы строятся на основе определения процессов управления (управление самостоятельной деятельностью обучающихся, система мониторинговых исследований, разработка методики, мобилизация ресурсов), процессов обеспечения работы (информационно-аналитическое, научно-методическое, административное, материально-техническое и нормативно-правовое обеспечение), перечня направлений и организации процесса формирования физической культуры студентов.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 4

В исследовании определены наиболее общие организационно-педагогические условия формирования физической культуры студентов:

- организация образовательного пространства гуманитарного вуза на основе интеграции трех синергетически взаимосвязанных подпространств: учебное, внеучебное (социо-культурное) и информационное (медиа);

- реализация учебного подпространства на основе активизации совершенствования интеллектуальной составляющей физкультурной деятельности и разработки интегративного специального теоретического курса для учебных дисциплин «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ» и «Возрастная анатомия физиология и гигиена», направленного на формирование физической культуры студентов;

- создание внеучебного (социокультурного) подпространства на основе интеграции специальных структурных воспитательных, социальных и оздоровительных подразделений вуза. Основным механизмом взаимодействия студентов являются: субъект-субъектные отношения, ориентированность на содержание будущей профессиональной деятельности, актуализация позитивных эмоциональных состояний, наличие обратной связи на основе межличностного общения и педагогической диагностики;

- создание информационного (медиа) подпространства в аспекте реализации идей мобильного обучения на основе внедрения информационных технологий, включающих в свое содержание электронное, компьютерное и мобильное обучение, предоставляющее значительные инновационные дидактические возможности для разработки обучающих, консультирующих и контролирующих мобильных программ, ориентированных на активизацию познавательной

деятельности обучающихся;

- реализация авторской методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, основанной на интеграционной разработке инновационных экспериментальных программ.

Частными, методико-технологическими условиями, влияющими на эффективность формирования физической культуры студентов, в исследовании выступают:

- внедрение в образовательно-воспитательный процесс мобильных технологий на основе реализации идей педагогики мобильного обучения:

- составление аудиокурсов для внеаудиторной работы студентов: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» и реализация виртуальных спортивных состязаний в контексте формирования мотивационного компонента физической культуры студентов;

- разработка специального сайта в сети Интернет (мобильного физкультурного контента) для мобильных устройств. Контент мотивирует студентов различных специальностей на учебно-тренировочную работу студентов по дисциплине «Физическая культура», а также на самостоятельную подготовки к Всероссийскому комплексу «ГТО» в ракурсе совершенствования деятельностного компонента физической культуры студентов;

- реализация специальных классификаций мобильных приложений для работы на мобильных устройствах по дисциплине: «Физическая культура» в аспекте развития когнитивного компонента физической культуры студентов.

Специфическими, личностно-развивающими условиями эффективности формирования физической культуры студентов являются:

- разработка системы обеспечения и управления педагогического процесса, построенного на основе определения следующих направлений и их

результативности: управление самостоятельной деятельности обучающихся, система мониторинговых исследований, разработка методики и мобилизация ресурсов, а также информационно-аналитическое, научно–методическое, административное, материально-техническое и нормативно-правовое обеспечение;

- гуманизация профессиональной подготовки в вузе за счет актуализации возможностей формирования физической культуры студентов.

Выявленные условия могут и должны реализовываться в единстве и определенной иерархии. Каждое из педагогических условий формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза вполне самостоятельно в силу своей специфики и назначения, тем не менее свой физкультурно-формирующий потенциал они раскрывают наиболее полно лишь в совокупности.

МОНИТОРИНГ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ МОБИЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

5.1. Диагностический аппарат экспериментального исследования

Одним из важных моментов организации опытно-экспериментальной работы, направленной на формирование физической культуры испытуемых в процессе профессионально-образовательной деятельности, является педагогический мониторинг.

Понятие мониторинга близко к таким общенаучным педагогическим и психологическим понятиям, как обратная связь, рефлексия, контроль, аттестация, однако все эти понятия являются лишь отдельными элементами мониторинга или его частными случаями. В связи с этим мониторинг имеет ряд общепризнанных особенностей: системность, целостность, научность, непрерывность, диагностичность, информационная оперативность и обратная связь. С.Н. Силина рассматривает мониторинг с методологической точки зрения как универсальный тип деятельности, индифферентный предметному содержанию [404]. Э.Ф. Зеер считает, что мониторинг можно определить как процесс отслеживания состояния объекта с помощью непрерывного или периодически повторяющегося сбора данных, представляющих собой совокупность определенных ведущих показателей [154; 155]. В своих исследованиях А.С. Белкин рассматривает мониторинг как непрерывное научно обоснованное диагностико-прогностическое отслеживание образовательного процесса [38; 39]. С точки зрения В.Н. Соловьева, мониторинг необходим, когда при построении какого-либо процесса важно

отслеживать реально происходящие изменения в состоянии объектов, чтобы научно обоснованно управлять данным процессом [425, с. 107].

В практике физкультурной и спортивной работы широко применяются программы и программно-методические комплексы на основе использования современных информационных технологий, которые представляют собой как простые диалоговые программы – опросники, так и сложные экспертные системы, состоящие из нескольких основных и вспомогательных блоков (В.И. Жолдак [147], В.В. Зайцева [149] и др.).

Педагогический мониторинг – это диагностика, оценка и прогнозирование состояния педагогического процесса; отслеживание его хода, перспектив развития [434, с. 258]. Началом этой деятельности является педагогическая диагностика уровня развития групп испытуемых, уровень образованности, воспитанности и развития каждой отдельной личности, образовательной среды, в которой находится обучающийся [40]. Суть педагогической диагностики заключается в сборе информации о субъекте диагностики при помощи использования разнообразных методов и диагностических методик [339]. Основанием для подбора диагностических методик, обеспечивающих исследование, явился проведенный нами теоретический анализ проблемы формирования физической культуры студентов.

Следует отметить, что диагностика (от греческого «диа» – прозрачный и «гнозис» – знание) в нашем исследовании понимается как общий способ получения опережающей информации об изучаемом объекте или процессе. В контексте значения диагностики в процессе формирования чего-либо И.П. Подласый проводит аналогию с фиксацией правильно поставленного диагноза заболевания в медицине, а именно своевременность и правильность определения признаков и причин возникновения недуга способствует благоприятному исходу лечения [351].

Системный анализ феномена «физическая культура студента» позволил выделить три его основных компонента: мотивационный (духовный), деятельностный (физический), а также когнитивный (интеллектуальный) в контексте физкультурной компетентности.

Показатели и критерии мотивационного компонента физической культуры студента :

- физкультурно-ориентированное мировоззрение: наличие физкультурно-ориентированной потребности, уровень физкультурно-оздоровительного мышления, показатель сформированности физкультурно-оздоровительных идей;
- мотивационно-ценностное отношение к физической культуре: сформированность мотивации к физкультурной деятельности, показатель заинтересованности в физкультурной деятельности;
- эмоциональный показатель: эмоциональная готовность к физкультурной деятельности, уровень развития эмоционального состояния при физкультурной деятельности, показатель эмоционального комфорта.

Показатели и критерии деятельностного компонента физической культуры студента:

- психический показатель: оптимальный уровень нервно-психической готовности к профессиональной деятельности, выраженный адекватной самооценкой как условием профессионального совершенствования, стойкостью к эмоциональному истощению, выраженной стрессоустойчивостью;
- физический показатель: уровень развития силы, быстроты, уровень развития выносливости, функциональный показатель ловкости, уровень сформированности гибкости;
- оздоровительный (функциональный) показатель: уровень соматического здоровья, основанный на оценке адаптационного потенциала как количественного показателя здоровья.

Показатели и критерии когнитивного компонента физической культуры студента:

- операционный показатель: физкультурно-оздоровительные знания, понимание и владение физкультурно-оздоровительных знаниями, навык применения в практической деятельности физкультурно-оздоровительных знаний;
- рефлексивно-оценочный показатель: способность к анализу физкультурно-оздоровительного умения, мастерство и творческое применение физкультурно-оздоровительных способностей, системная способность к оцениванию и корректировке результатов творческого применения физкультурных навыков;
- поведенческий показатель: уровень физкультурного образа жизни, сформированность у студентов здорового образа жизни.

Для организации экспериментального исследования был использован комплекс научных методов, включающий:

- педагогическое наблюдение применялось для мониторинга сформированности мотивационного компонента физической культуры студентов. В частности получения дополнительной научной информации об особенностях поведения и отношения студентов и преподавателей к различным сторонам осуществляемой ими деятельности в области физической культуры и к самим себе как субъектам активности, об особенностях их отношения к физической культуре как специфическому виду деятельности и как к учебной дисциплине;
- педагогическое тестирование применялось для измерения когнитивного компонента формирования физической культуры студентов. При разработке тестовых заданий мы учитывали уровни обученности по таксономии Б. Блума и усвоения деятельности, выделяемые В.П. Беспалько. Разработанные нами тестовые задания соответствовали по своему содержанию требованиям учебной программы по предмету «Физическая культура» для студентов высших учебных

заведений. Они были проверены на валидность, предварительно прошли пилотажные исследования, в результате чего содержание отдельных заданий было уточнено или изменено. Результаты выполнения тестовых заданий позволили определить, на каком уровне (высоком, среднем или низком) студенты владеют необходимыми знаниями в области физической культуры. В качестве тестовых заданий для измерения показателей физической подготовленности применялись контрольные нормативы и упражнения, рекомендованные типовой учебной программой по дисциплине «Физическая культура» для студентов вузов;

- методы функциональной диагностики применялись для оценки уровня сформированности деятельностного компонента физической культуры (оздоровительный показатель) студентов через мониторинг физического развития и потенциала здоровья, которая осуществлялась по различным функциональным показателям;

- методы психо-физиологической диагностики применялись для изучения психофизических показателей формирования физической культуры студентов (психический и физический показатели);

- анкетирование применялось для получения информации о знаниях, мотивах, установках, ценностных ориентациях и других субъективных факторах, определяющих поведение и деятельность студентов в области физической культуры. Применялись разработанные нами анкетные опросники. Комбинирование всех вариантов вопросов обеспечило полноту и достоверность полученной информации. При разработке содержания анкет нами были учтены представленные в социологической литературе методические требования. Анкеты прошли предварительную проверку на валидность.

Представленные выше методы отражены в таблице комплексов методов и целей изучения компонентов и ведущих показателей сформированности физической культуры студентов. (Таблица 6).

Комплекс методов и целей изучения компонентов и ведущих показателей сформированности физической культуры студентов

Компо- ненты физической культуры	Показатели физической культуры	Цель изучения	Методы изучения
1	2	3	4
Мотива- ционный	Физкультурно-ориентиро- ванное мировоззрение:	Определить наличие физкультурно-ориентированной убежденности, потребности и физкультурного мышления	Авторская методика определения физкультурного мировоззрения по анализу данных в социальной сети «В контакте»
	Мотивационно-ценностное отношение к физкультурной деятельности	Определить сформированность мотивации к физкультурной деятельности	Авторская методика выбора группы мотиваций к занятиям физической культурой
	Эмоциональ- ный показатель	Зафиксировать эмоциональную готовность к физкультурной деятельности, определить уровень развития эмоционального состояния при физкультурной деятельности и эмоционального комфорта	1. Методика оценки эмоционального состояния по типу сдвига цветовой чувствительности. 2. Тест САН (Самочувствие, активность, настроение). 3. Модифицированная методика по дифференциальным шкалам эмоций по К. Изард.
Деятель- ностный	Психический показатель	Определить психическую готовность на основе анализа самооценки, определения уровня стрессоустойчивости, стойкости к эмоциональному истощению и уровня агрессии	1. Опросник по анализу самооценки С. В. Ковалева. 2. Тест на определение уровня агрессивности по А. Ассингер. 3. Анкетный опрос по методике определения уровня стрессоустойчивости по Т.А. Немчину
	Физический показатель	Выявить уровень развития силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости.	Тесты на определение уровня физического развития по 100 - балльной системе
	Оздоровитель- ный показатель	Определить уровень соматического здоровья основанный на оценке показателя функциональных характеристик	Оценка физического здоровья по Н. М. Амосову

1	2	3	4
Когнитив- ный	Операционный показатель	Выявить физкультурно-оздоровительные знания, определить понимание и владение физкультурно-оздоровительными знаниями и навыком применения их в практической деятельности.	Модифицированная система уровней обученности по таксономии Б. Блума в аспекте уровней обученности (знание, понимание, применение)
	Рефлексивно-оценочный показатель	Зафиксировать способность к анализу физкультурно-оздоровительного умения, мастерство и творческое применение физкультурно-оздоровительных способностей, системная способность к оцениванию и корректировке результатов творческого применения физкультурно-оздоровительных навыков	Модифицированная система уровней обученности по таксономии Б. Блума на основе выявления мыслительных операций, необходимыми для их достижения (анализ, синтез, оценка).
	Поведенческий показатель	Определить уровень ведения физкультурного и здорового образа жизни	Методика «Здоровый образ жизни» по Д.Н. Давиденко и В.П. Петленко

Для осуществления анализа сформированности физической культуры студентов по уровням подготовлен комплекс контрольно-оценочных материалов и диагностические процедуры. Результаты предварительного исследования по методу экспертных оценок, теоретического анализа структуры физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза и эмпирические данные, полученные на предварительном этапе экспериментального исследования, позволили выявить критерии формирования физической культуры студентов.

5.2. Диагностика уровня сформированности физической культуры студентов по основным компонентам и критериям

Мотивационный компонент физической культуры студента

Определение уровня сформированности мотивационного компонента физической культуры студента осуществлялось с помощью следующих диагностических методик:

- 1) авторская методика определения физкультурного мировоззрения по анализу данных в социальной сети «ВКонтакте»;
- 2) авторская методика выбора группы мотиваций к занятиям физической культурой;
- 3) методика оценки эмоционального состояния по типу сдвига цветовой чувствительности;
- 4) тест САН (самочувствие, активность, настроение);
- 5) методика по дифференциальным шкалам эмоций (по К. Изард).

Методика определения сформированности мотивационного компонента физической культуры студента строится на разработке феномена мотивации. Под мотивацией (на основе работ А.А. Вербицкого и В.А. Крутикова [68]) мы понимаем один из сложных механизмов соотношения внутренних и внешних факторов личностного поведения, которые определяют возникновение, направленность и способы осуществления конкретных форм деятельности. Внешние и внутренние факторы различаются по степени мотивирующего влияния на студентов, при этом лишь последние непосредственно зависят от усилий преподавателя [68, с. 102]. Задача преподавателя осложняется тем, что необходимо не только развить мотивацию студента к определенному виду деятельности, но и иногда впервые сформировать ее и далее трансформировать в профессиональную [544; 548; 555]. Кроме того, процесс формирования

физической культуры студентов, в частности, ее мотивационного компонента, являющийся составной частью профессиональной подготовки студентов, основан на ряде закономерностей, связанных с интеллектуальным потенциалом личности, одной из которых является то, что формирование умственных действий и развитие мышления начинается с формирования мотивационной основы [529], в свою очередь, в результате которой закладываются отношения субъекта к целям и задачам предстоящего действия и к содержанию информации, намеченной для усвоения. При этом, как отмечал С.Л. Рубинштейн [387] в своих исследованиях по психологии, отправной точкой мыслительного процесса является проблемная ситуация, и мыслить человек начинает, когда у него появляется потребность что-либо понять. В свою очередь, этой проблемной ситуацией определяется вовлечение личности в мыслительный процесс, который направлен на решение определенной задачи [332]. Таким образом, мотивация к физической активности – это особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности.

Авторская методика диагностики определения физкультурного мировоззрения на основе изучения личной странички в социальной сети «В Контакте».

Цель: экспресс диагностика физкультурного мировоззрения (ценностной потребности в сфере физической культуры) испытуемого.

Описание: для проведения данной методики необходима анкета. (Приложение 3).

Процедура проведения: респонденту предлагается анкета, которую он должен заполнить.

Обработка результатов: оценка производится на основе суммирования всех набранных испытуемым баллов по следующей шкале: «Да» – 3 балла, «Больше Да, чем Нет» – 2 балла, «Больше Нет, чем Да» – 1 балл, «Нет» – 0 баллов (кроме 9

вопроса - «Да» – (- 2) балла, «Больше Да, чем Нет» – (- 1) балл, «Больше Нет, чем Да» – 0 балл, «Нет» – 3 балла).

Результаты теста: высокий уровень - свыше 20 бал., средний уровень – от 10 до 20 бал., низкий уровень – менее 10 бал.

Авторская методика выбора группы мотиваций к занятиям физической культурой.

Цель: экспресс диагностика мотивации испытуемого к занятиям физической культурой.

Описание: для проведения данной методики необходима анкета. (Приложение 4).

Процедура проведения: респонденту предлагается анкета, в которой ему необходимо выбрать группы мотиваций и проставить ранг (1 - 4).

Обработка результатов: подсчет баллов осуществляется по следующей формуле: $M1 * 3 + M2 * 2 + M3 + M4 - 1 = X$, где M1 – мотив 1 ранга, M2 - мотив 2 ранга, M3 - мотив 3 ранга, M4 – мотив 4 ранга X – итоговое количество баллов.

Каждый мотив имеет различные первоначальные баллы: оздоровительные – 10, двигательно-деятельностные – 9, воспитательно-творческие – 8, психолого-значимые – 7, познавательно-развивающие – 6, профессионально-ориентированный – 5, культурно-социологический – 4, соревновательно-конкурентный – 3, эстетический – 2, коммуникативный – 1, статусный – 0, административный - (-1).

Результаты тестирования: высокий уровень – определена внутренняя положительная мотивации – более 41 балла (включительно); средний уровень – выявлена внешняя положительная мотивация – от 20 до 40 баллов (включительно); низкий уровень – выделена отсутствие мотивации или внешняя незначительная мотивация - менее 19 баллов (включительно).

В контексте изучения эмоциональной составляющей анализируемого компонента физической культуры представляет интерес исследование отдельных эмоций в процессе физкультурной деятельности. Здесь нужно отойти от общих принятых терминов - «эмоциональное возбуждение», «эмоциональный стресс» и т. д., и выявить эмоции, которые чаще возникают и характерны для данного изучаемого вида деятельности. В этом аспекте важно выделить «педагогические эмоции», «эмоции формирования», «эмоции обучения», а именно те которые непосредственно принимают участие в повышении качества обучения. [517; 559]. Несмотря на то, что эмоции имеют биолого-генетическую обусловленность, они также зависят от социально-воспитательных факторов, что в свою очередь позволяет влиять на них через факторы и направлять их на повышение эффективности формирования физической культуры личности. Следует отметить, что эмоции могут быть видимыми (мимика, речь, жесты двигательные акты) и невидимыми (вегетативно-эндокринные изменения) — эмоциональные эффекты.

Эмоциональная составляющая в этом аспекте отражает проявляемые в физкультурной деятельности эмоции и усилия. Положительные (стенические) эмоции (удовольствие, радость, счастье) появляются от динамичности, новизны, разнообразия физкультурной деятельности, познания своих физических возможностей, открытия новых ощущений, чувства «мышечной радости», вдохновения, гармонии с окружающей средой, успешности результата, достижения личностных целей через приобретение опыта физического совершенствования, улучшения физических кондиций, повышение «мастерства» и т.п. Отрицательные (астенические) эмоции (неудовольствие, отчаяние, разочарование, печаль, неудовлетворение) возникают при несоответствии установок реальным впечатлениям или достижениям, а нейтральные (спокойствие, равнодушие, апатия) проявляются при внутренней отстраненности, отсутствии мотивации к физкультурной деятельности. Эмоциональный

компонент характеризует уровень удовлетворенности результатами физкультурной деятельности, их принятие, приложение волевых усилий для дальнейшего формирования физической культуры студента. [477, с. 71]

Методика диагностики сдвига цветовой чувствительности для определения эмоционального показателя физической культуры студента.

Цель: экспресс диагностика эмоционального состояния испытуемого в процессе занятий физической культурой.

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие трех карточек 7х7 красного, зеленого и синего цветов.

Процедура проведения: респонденту во время занятий физической культурой (во время отдыха) предлагаются все три карточки. Ему необходимо выбрать из 3 карточек наиболее понравившуюся, после осуществления выбора карточка откладывается. Затем из 2 оставшихся испытуемый выбирает наиболее привлекательную для него карточку. Так повторяется три раза подряд, это необходимо для определения общей тенденции.

Обработка результатов: при обработке оценивается последовательность сочетания цветов, указанная испытуемым дважды (общая тенденция). Соответствие эмоциональных состояний типу цветовой чувствительности: положительное эмоциональное состояние; нейтральное эмоциональное состояние; отрицательное эмоциональное состояние. (Приложение 5).

Результаты тестирования: высокий уровень - положительное эмоциональное состояние; средний уровень - нейтральное эмоциональное состояние; низкий уровень - отрицательное эмоциональное состояние.

Диагностика для определения эмоционального показателя физической культуры по тесту САН (Самочувствие, активность, настроение).

Цель: оперативная оценка эмоционального благополучия, основанного на мониторинге самочувствия, активности и настроения.

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие опросника, который состоит из 30 пар противоположных характеристик. По содержанию эти характеристики входят в 3 группы: самочувствие, активность, настроение. По 10 пар в каждой шкале. Выраженность каждой полярности может быть представлена в баллах от -3 до 3. (Приложение 6).

Процедура проведения: Испытуемому необходимо оценить в баллах каждую из предлагаемых характеристик своего состояния.

Обработка результатов: По каждой группе подсчитывается средний балл. Для этого суммируются баллы по каждой группе и делятся на 10. Шкала самочувствие: 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26. Шкала настроение: 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30. Шкала активность (с противоположным знаком): 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28. Минимальное значение -3, среднее значение 0, максимальное значение +3. Оценки превышающие 0 баллов говорят о благоприятном состоянии, чем ближе к 3, тем выше характеристика. Чем ближе к -3, тем менее благоприятное состояние. Следует учесть, что при анализе функционального состояния важны оценки не только его отдельных показателей, но и их соотношение. Так, у отдохнувшего человека оценки САН примерно равны, а по мере нарастания усталости соотношение между ними изменяется за счет относительного снижения Самочувствия и Активности, по сравнению с Настроением.

Результаты тестирования: высокий уровень (благоприятное эмоциональное состояние) – 50 и более баллов (включительно); средний уровень (нейтральное эмоциональное состояние) – 40 – 49 баллов (включительно); низкий уровень (неблагоприятное эмоциональное состояние) – менее 40 баллов.

Диагностика для определения эмоционального показателя физической культуры после занятий физической культурой по модифицированной методике дифференциальных шкал эмоций К. Изард.

Цель: изучение эмоциональных отклонений и выявление доминирующих эмоций, оценки наличия или отсутствия депрессивных симптомов и депрессии в целом (уровень эмоционального истощения).

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие анкеты для изучения фундаментальных эмоций представляет собой набор эмоций (всего 10), где каждой из них соответствует три определенных эмоции в понятиях (30 понятий). (Приложение 7).

Процедура проведения: Каждую эмоцию, выраженную в понятиях, испытуемому необходимо оценить в четырех бальной шкале в зависимости от того, в какой степени она проявляется в данный момент. Возможны 4 варианта ответов: «совсем не подходит», «пожалуй, верно», «верно», «совершенно верно». Диагностика проводится после занятия физической культурой в течение дня.

Обработка результатов. Количественный анализ: Подсчитывается сумма баллов по строкам, вычисляется коэффициент самочувствия (К), по формуле:

$$K = \text{Сумма эмоций } \text{№}1,2,3,9,10 \text{ (в баллах)} / \text{Сумма эмоций } \text{№}4,5,6,7,8,11,12$$

Определяются преобладающие шкалы и те, которые наиболее выражены, минимальное количество – 3, максимальное – 12. Качественный анализ: Предполагает обнаружение доминирующих эмоций.

Результаты тестирования: высокий уровень - самочувствие отвечает положительному (гипертимному) полюсу соответствует $K > 1$ (включительно); средний уровень - самочувствие отвечает нейтральному полюсу соответствует $0,9 > K > 0,7$ (включительно); низкий уровень – самочувствие отвечает отрицательному (дистимному, с пониженным настроением) полюсу соответствует $K < 0,6$ (при очень низком коэффициенте самочувствия можно предположить наличие депрессии).

На основании тестов и опросников по выявлению эмоционального показателя мы выявляли три группы студентов по следующим характеристикам:

1. Высокий уровень - характерны позитивные, стенические эмоции при физическом напряжении на занятиях физической культурой, проявляются положительные или нейтральные эмоции после физкультурной деятельности, в целом эмоциональность в контексте самочувствия, настроения и активности отвечает положительному (гипертимному) или нейтральному полюсу.

2. Средний уровень - характерны нейтральные эмоции при физическом напряжении на занятиях физической культурой, проявляются отрицательные или противоречивые нейтральные эмоции после физкультурной деятельности, в целом эмоциональность в контексте самочувствия, настроения и активности отвечает нейтральному или отрицательному полюсу.

3. Низкий уровень - характерны негативные, астенические эмоции при физическом напряжении на занятиях физической культурой, проявляются отрицательные или противоречивые нейтральные эмоции после физкультурной деятельности, в целом эмоциональность в контексте самочувствия, настроения и активности отвечает отрицательному (дистимному) полюсу, возможно наличие депрессии.

Деятельностный компонент физической культуры студента

Определение уровня сформированности деятельностного компонента физической культуры студента в контексте психического показателя осуществлялось с помощью следующих диагностических методик:

1) диагностика по тесту – опроснику для определения уровня самооценки по С.В. Ковалеву;

2) диагностика по тесту – опроснику для определения стойкости к эмоциональному истощению и уровня агрессии по А. Ассигнер;

3) диагностика по тесту – опроснику для определения уровня стрессоустойчивости по Т.А. Немчину.

В общем становлении и формировании студенческий период жизни имеет важнейшее значение как завершающий этап образования и основная стадия профессионализации, освоения социальных функций и ролей. Установлено, что наряду с общими признаками такими, как климато-географические и социально-демографические условия, национальные особенности, исходное состояние здоровья, в вузе возрастает значение специфических, присущих именно студенческому контингенту. Такими факторами являются гиподинамия; возрастание уровня психо-эмоциональной и информативной нагрузки, приводящей иногда к эмоциональному выгоранию, агрессивности, что в свою очередь приводит к конфликтным ситуациям; нарушение гигиенических норм поведения; несоблюдения режима и качества питания, учебы и отдыха; несвоевременное обращение за медицинской помощью и другие.

Все эти факторы сказываются на психическую, физическую и оздоровительную готовность студентов к будущей профессиональной деятельности в школе. Это в свою очередь определяет профессиональную пригодность, как необходимую характеристику для работодателя.

Следует обратить внимание, на взаимообусловленность формирования физической культуры студентов и психо-физической, интеллектуальной готовности студентов к будущей профессиональной деятельности (В.П. Беспалько [45], Н.В. Кузьмина [231], К.К. Платонов [347], В.А. Сластенин [414], Н.Ф. Талызина [445; 446], А.В. Тутолмин [462] и др.). Ученые в своих исследованиях отражают различные представления о содержании и структуре профессиональной готовности и подготовки специалистов с позиции личностно-ориентированного образования, инновационной деятельности, проблем способностей и компетентности, интеллектуальных и функциональных характеристик, физической готовности и т.п. Множество представлений на решение данной проблемы дифференцирует и определение дефиниции

«профессионально-педагогическая готовность». В научных исследованиях подходы к решению проблемы подготовки кадров имеют аксиологическую значимость в деятельности в контексте культурологического подхода, ее развития и функционирования в системе подготовки будущих педагогов.

В процессе исследовательской работы из анализа различных представлений профессионально-педагогической готовности, в содержании деятельностного компонента значительное место отведено совершенствованию психической, физической и оздоровительной готовности студентов к будущей профессиональной деятельности в школе, которые в свою очередь составляют целостность формирования физической культуры студентов. [518; 550].

Психический показатель деятельностного компонента физической культуры студентов взаимообусловлен психической готовностью к профессионально-педагогической деятельности. Выделение основных ее составляющих является одной из значимых в современной профессиональной педагогике. Психологические аспекты содержания понятия «готовность к профессиональной педагогической деятельности» являются предметом рассмотрения исследователей О.В. Борденюк [55], А.А. Деркач [124; 125], М.И. Дьяченко[133], А.Г. Ковалев [200], Н.В. Кузьмина [231], В.А. Сластенин [410], В.Д. Шадриков [494] и другие.

Следует отметить, что в отечественной психологии в рамках системно-деятельностного подхода (Б.Г. Ананьев [15], Е.Б. Старовойтенко [431], Г.В. Суходольский [440], и др.) сложилось чёткое представление о психической составляющей готовности к профессиональной деятельности педагога. Исследователи Е.П. Ильин [170], В.Л. Марищук [265], К.К. Платонов [347] и другие считают, что фактор наличия высокой стрессоустойчивости педагога является важным условием успешности специалиста, высокой производительности труда и эффективного достижения целей профессии. Профессия педагога, по их мнению, предполагает способность противостоять

многочисленным стрессам, но и выдерживать высокие эмоциональные нагрузки, поскольку педагогическая профессия является социальной профессией и входит в состав наиболее трудо-затратных и эмоцио-затратных. А.С. Тарновская в своем исследовании считает, что в процессе формирования психологической готовности у студентов к педагогической профессии следует обратить большое внимание формированию объективной самооценки, психологической устойчивости, укрепления чувства уверенности в себе как в педагоге. [447].

Таким образом, можно заключить, что готовность к профессионально-педагогической деятельности – это психологическая характеристика личности студента, обладающего достаточным уровнем стрессоустойчивости, адекватной самооценкой собственных возможностей, низким уровнем эмоционального истощения, низкой агрессивностью и высоким уровнем морально-волевых качеств, способствующих эффективной реализации задач профессионально-педагогической деятельности (Б.Г.Ананьев [16], Л.М. Митина [285], Е.И. Рогов [379] и др.).

Диагностика психического показателя физической культуры по тесту – опроснику для определения уровня самооценки по С. В. Ковалеву.

Цель: определение уровня самооценки личности.

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие анкеты (Приложение 8).

Процедура проведения: испытуемому необходимо проставить один из пяти возможных вариантов по каждому из 32 предложенных суждений.

Обработка результатов: проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям, каждое из которых оценивается по следующим баллам и утверждениям: 4 – очень часто; 3 – часто; 2 – иногда; 1 – редко; 0 – никогда.

Результаты тестирования: высокий уровень - сумма баллов от 0 до 25, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на

замечания других и трезво оценивает свои действия; средний уровень - сумма баллов от 26 до 45, свидетельствует о том, что человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований; низкий уровень - сумма баллов от 46 до 128 указывает на то, что человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

Диагностика психического показателя физической культуры по тесту – опроснику для определения стойкости к эмоциональному истощению и уровня агрессии по А. Ассигнер.

Цель: определение определения стойкости к эмоциональному истощению и уровня агрессии. Тест А. Ассингера позволяет определить, достаточно ли человек корректен в отношении с окружающими и легко ли общаться с ним.

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие опросника (Приложение 7).

Процедура проведения: испытуемому необходимо подчеркнуть вариант, соответствующий его суждению.

Обработка результатов: за ответ «А» начисляется - 1 балл, за ответ «Б» – 2 балла, за ответ «С» – 3 балла. Подсчитывается сумма ответов.

Результаты тестирования: высокий уровень - 36 - 44 баллов, характеризующийся умеренной агрессивностью, успешностью по жизни, поскольку выявлено достаточно здорового честолюбия и самоуверенности; средний уровень - 45 и более баллов, выявляется излишняя агрессивность, при том нередко фиксируется неуравновешенность и жестокость по отношению к другим, но ярко проявляется уверенность в себе и расчет на собственные методы для достижения успеха; низкий уровень - 35 и менее баллов, характеризуется

чрезмерной миролюбивостью, что обусловлено нерешительностью и недостаточной уверенностью в собственных силах и возможностях.

Диагностика психического показателя физической культуры по тесту – опроснику для определения уровня стрессоустойчивости по Т.А. Немчину

Цель: определение уровня стрессоустойчивости и диагностика нервно-психического напряжения и его проявлений.

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие опросника (Приложение 10).

Процедура проведения: испытуемому необходимо отметить один из признаков, имеющий место у него в последнее время.

Обработка результатов: осуществляется суммирование баллов выбранных респондентом состояний: за ответ «1» начисляется - 1 балл, за ответ «2» – 2 балла, за ответ «3» – 3 балла.

Результаты тестирования: высокий уровень - от 30 до 50 баллов – слабо выраженное нервно-психическое напряжение; средний уровень - от 51 до 70 баллов – умеренно выраженное нервно-психическое напряжение; низкий уровень - от 71 до 90 баллов – сильно выраженное напряжение, угроза стресса.

В результате проведения психологического мониторинга были выявлены критерии психического показателя формирования физической культуры личности будущего педагога: высокий, средний и низкий.

Высокий уровень характеризуется высоким уровнем стрессоустойчивости, адекватной (средней) или высокой самооценкой, слабо выраженным нервно-психическим напряжением, умеренным уровнем агрессивности в отношениях. У студента наблюдается высокая мотивация к реализации профессиональной деятельности, которая побуждает его к непрерывному профессиональному совершенствованию, педагог с данным уровнем будет способен решать эффективно значимые задачи профессиональной деятельности, даже тех, которые

потребуют вложения личностных морально-волевых затрат. Психологический фон у данных людей бывает обычно стабилен.

Средний уровень характеризуется средним уровнем стрессоустойчивости, адекватной (средней) самооценкой, умеренно выраженным нервно-психическим напряжением, средним или низким уровнем агрессивности в отношениях. Характерно присутствие должной мотивации студента к реализации профессиональной деятельности, педагог с данным уровнем будет способен решать эффективно некоторые задачи профессиональной деятельности, однако остальная часть задач, требующих вложения морально-волевых личностных затрат, может вызвать дестабилизацию психологического фона личности студента и привести к многочисленным стрессовым ситуациям.

Низкий уровень характеризуется низким уровнем стрессоустойчивости, низкой самооценкой, сильно выраженным напряжением, низким или средним уровнем агрессивности в отношениях. У студента наблюдается отсутствие должной мотивации к реализации профессиональной деятельности, педагог с данным уровнем будет не способен решать эффективно задачи профессиональной деятельности ввиду несформированности вышеперечисленных критериев, возможны стрессовые ситуации.

Диагностика физического показателя физической культуры студента на основе определения уровня физического развития.

Цель: определение уровня физического развития студента на основе мониторинга показателей его физических качеств.

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие беговой дорожки, гимнастических турников и мата. Уровень физического развития респондентов выявляется на основе результатов мониторинга развития физических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость и гибкость) по 100-

бальной авторской системе (по 20-балльной для каждого физического качества). В данной диагностике учитываются гендерные особенности.

Процедура проведения: диагностика физических качеств респондентов осуществляется за один день на основе выполнения специальных физических действий и упражнений в следующем порядке: ловкость (прыжок в длину с места обеими ногами), гибкость (сгибание туловища из положения сед - ноги вперед), сила (девушки – поднимание туловища из положения лежа, юноши – подтягивание на высокой перекладине), быстрота (бег на 100 метров), выносливость (девушки - бег на 1000 метров, юноши – бег на 2000 метров).

Обработка результатов: осуществляется суммирование баллов, набранных в результате выполнения специальных физических действий и упражнений по разработанной таблице критериев оценивания. (Приложение 11).

Результаты тестирования: высокий уровень: свыше 70 баллов (включительно); средний уровень: свыше 40 баллов, но менее 69 (включительно); низкий уровень: менее 39 баллов (включительно).

Для оценки оздоровительного (функционального) показателя деятельностного компонента физической культуры студентов применялась количественная оценка Н.М. Амосова [74, с. 89–90]. Ученый предложил количественную оценку здоровья, определяемую как интенсивность проявления жизни в нормальных условиях среды, которая определяется тренированностью структурных элементов организма. По его мнению, «количество здоровья» – это пределы изменений внешних условий, в которых еще продолжается жизнь. Его донологическая диагностика основана на том, что переход от состояния здоровья к болезни проходит ряд стадий, в которых организм пытается приспособиться к новым для него условиям существования путем изменения уровня функционирования и напряжения регуляторных механизмов. Различают

следующие типы адаптационных реакций: нормальная, напряжение механизмов адаптации, перенапряжение механизмов адаптации и их срыв.

Диагностика оздоровительного показателя физической культуры студента на основе определения функциональных характеристик по количественной оценке Н. М. Амосова.

Цель: определение уровня функционального развития студента на основе мониторинга показателей здоровья и адаптационных показателей системы кровообращения.

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие аппарата для определения давления и частоты сердечных сокращений, измерения роста и веса.

Процедура проведения: диагностика уровня функционального развития респондентов осуществляется на основе: измерения частоты сердечных сокращений (ЧСС) за 1 мин., артериального систолического давления (АДс) в мм рт. ст., артериального диастолического давления (АДд) в мм рт. ст., массы тела (МТ) в кг., роста респондента (Р) в см., учета возраста (В) в годах.

Обработка результатов: осуществляется суммирование баллов, набранных в результате выполнения измерений по формуле: $X = 0,011 \text{ ЧСС} + 0,014 \text{ АДс} + 0,008 \text{ АДд} + 0,014 \text{ В} + 0,009 \text{ МТ} - (0,009 \text{ Р} + 0,27)$.

Результаты тестирования: высокий уровень - менее 2,20 (включительно); средний уровень - более 2,21, но менее 4,00; низкий уровень - более 4,00 (включительно).

Когнитивный компонент физической культуры студента

Определение уровня сформированности когнитивного компонента физической культуры студента осуществлялось с помощью следующих диагностических методик:

1) диагностика операционного показателя физической культуры студента на основе модифицированной системы уровней обученности Б. Блума (знание, понимание, применение);

2) диагностика рефлексивно-оценочного показателя физической культуры студента на основе модифицированной системы уровней обученности Б. Блума (анализ, синтез, оценка);

3) диагностика поведенческого показателя физической культуры студента на основе оценки ведения студентами здорового образа жизни по методике Д.Н. Давиденко и В.П. Петленко.

Необходимость обеспечения целостности процесса подготовки обуславливает необходимость соблюдения единого подхода к разработке содержания обучения и учета междисциплинарных связей. Содержание обучения проектируются на основе отбора задач, направленных на анализ компетентностей. В контексте взаимообусловленности формирования физической культуры студентов и их профессиональной готовности к будущей педагогической деятельности необходимо определить ее составляющие. Анализ научной литературы по данному вопросу позволил выявить, что профессиональная готовность студентов, кроме профессиональных знаний, умений и навыков, степенью их абстракции, обоснованностью, осознанностью, интеллектуальными способностями к объяснению, анализу, синтезу, оценке, прогнозированию, конструктивно-проектным действиям, творческим и креативным умениям формирования знаний [184].

Анализ научно-методической литературы, в частности, теорий классификаций и систематизации, позволил нам определить образовательную технологию Б. Блума как приоритетную для нашего исследования, а именно разработку когнитивного компонента физической культуры студента [444]. Таксономия Б. Блума объединяет конкретные результаты обучения (знание,

понимание, применение) с мыслительными операциями, необходимыми для их достижения (анализ, синтез, оценка). В ней предлагается система уровней обученности, которые обладают качествами, позволяющими использовать их в практике разработки тестового инструмента [520; 526; 538].

Основные категории представленной теории:

1. Знание. Эта категория обозначает запоминание и воспроизведение изученного материала. Речь может идти о различных видах содержания – от конкретных фактов до целостных теорий. Общая черта этой категории – припоминание соответствующих сведений. Обучающийся: знает (запоминает и воспроизводит) употребляемые термины; знает конкретные факты; знает методы и процедуры; знает основные понятия; знает правила и принципы.

2. Понимание. Показателем способности понимать значение изученного может служить преобразование (трансляция) материала из одной формы выражения в другую – его перевод с одного языка на другой (например, из словесной формы – в математическую). В качестве показателя понимания может также выступать интерпретация материала обучающимся (объяснение, краткое изложение) или же предположение о дальнейшем ходе явлений, событий (предсказание последствий, результатов). Такие учебные результаты превосходят простое запоминание материала. Обучающийся: понимает факты, правила и принципы; интерпретирует словесный материал, схемы, графики, диаграммы; преобразует словесный материал в математические выражения; предположительно описывает будущие последствия, вытекающие из имеющихся данных.

3. Применение. Эта категория обозначает умение использовать изученный материал в конкретных условиях и в новых ситуациях. Сюда входят применение правил, методов, понятий, законов, принципов, теорий. Соответствующие результаты обучения требуют более высокого уровня владения материалом, чем

понимание. Обучающийся использует понятия и принципы в новых ситуациях; применяет законы, теории в конкретных практических ситуациях; демонстрирует правильное применение метода или процедуры.

4. Анализ. Эта категория обозначает умение разбить материал на составляющие части, чтобы ясно выступала его структура. Сюда относятся: вычленение частей целого, выявление взаимосвязей между ними, осознание принципов организации целого. Обучающийся: выделяет скрытые (неявные) предположения; видит ошибки и упущения в логике рассуждений; проводит разграничения между фактами и следствиями; оценивает значимость данных.

5. Синтез. Эта категория обозначает умение комбинировать элементы, чтобы получить целое, обладающее новизной. Таким новым продуктом может быть сообщение (выступление, доклад), план действий, схемы, упорядочивающие имеющиеся сведения. Достижение соответствующих учебных результатов предполагает деятельность творческого характера, направленную на создание новых схем, структур. Обучающийся: пишет небольшое творческое сочинение; предлагает план проведения эксперимента; использует знания из различных областей, чтобы составить план решения той или иной проблемы.

6. Оценка. Эта категория обозначает умение оценивать значение того или иного материала (утверждение, художественное произведение, исследовательские данные и т. д.). Суждения обучающегося должны основываться на четких критериях: внутренних (структурных, логических) или внешних (соответствие намеченной цели). Критерии могут определяться им самим или предлагаться ему извне, например, педагогом. Данная категория предполагает достижение учебных результатов всех предшествующих категорий. Обучающийся: оценивает логику построения материала в виде письменного текста; оценивает соответствие выводов имеющимся данным, значимость того или иного продукта деятельности исходя из внутренних критериев;

оценивает значимость того или иного продукта деятельности исходя из внешних критериев [444].

Для разработки показателей сформированности когнитивного компонента физической культуры студентов (физкультурная компетентность) были изучены ФГОС ВПО третьего поколения (требования к результатам освоения основных программ бакалавриата, в частности, формируемые компетенции для дисциплины «Физическая культура»). Проанализировав все направления подготовки бакалавриата, была составлена карта декомпозиции компетенций для учебной дисциплины «Физическая культура» [94], описанная в приложении 12.

Из анализа циклов Б.4 всех направлений структуры ООП бакалавриата выявлено, что формируемые компетенции у студентов на занятиях физической культурой, обучающихся по различным специальностям, существенно различаются содержательным многообразием [294]. Формирование выявленных компетенций на занятиях физической культурой необходимо для физического развития и оздоровления студентов, а также для обеспечения их полноценной социальной и профессиональной деятельности после окончания учебного заведения независимо от того, какую специальность они получают. На основе карты декомпозиции компетенции нами были отобраны некоторые компетенции для специальностей и профилей гуманитарных вузов. На основании представленного отбора по таксономии Б. Блума были определены уровни показателей когнитивного компонента формирования физической культуры студентов (операционный и рефлексивно-оценочный), в которых представлено содержание компетенций для дисциплины «Физическая культура». Следует отметить, что в предлагаемой классификации используется системный подход к проектированию заданий для проверки, которые должны отвечать требованиям системности знаний, их связям с компетенциями. Контрольные задания должны содействовать мониторингу полученных обучаемым знаний, умению применять

их для решения практико-ориентированных задач, использованию для анализа существующих и синтеза новых систем в рамках физкультурной деятельности, проведению критической оценки и отбора информации [288, с. 173].

Диагностика операционного показателя физической культуры студента на основе модифицированной системы уровней обученности Б. Блума.

Цель: определение уровня профессиональных знаний, умений и навыков студента в сфере физической культуры, его интеллектуальными способностями к объяснению и применению знаний, на основе мониторинга показателей уровней обученности по таксономии Б. Блума.

Описание: данная методика позволяет выявить уровень профессиональных знаний, умений и навыков студента его интеллектуальных способностей к объяснению и применению знаний в области методов физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, включая нетрадиционные и национальные виды физических упражнений; основ обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности с учетом региона; медико-биологических и психологических основ физической культуры, включая национальные особенности этноса; дидактических основ при построении индивидуальных учебно-тренировочных занятий различной целевой направленности с учетом национальных характеристик обучающихся.

Составление тестирования основано на классификационной таблице по таксономии Б. Блума в интерпретации Л. С. Илюшина. (Приложение 13).

Процедура проведения: диагностика уровня операционного показателя респондентов осуществлялась на основе специального тестирования трех уровней сложности в течение трех дней (по 1 уровню тестирования в день):

1 уровень – знание (тестирование с выбором правильного варианта ответа): проверялось запоминание и воспроизведение студентами изученного материала в

контексте различных видов содержания – от конкретных фактов до целостных теорий. Общая черта этой категории – припоминание соответствующих сведений. Обучающийся должен знать (запоминать и воспроизводить) употребляемые термины; знать конкретные факты, методы и процедуры, основные понятия.

2 уровень – понимание или осмысление (тестирование с предложением своего ответа или с обоснованием выбранного ответа): определялась способность обучающихся преобразовывать материал из одной формы выражения в другую – его «перевод» с одного «языка» на другой. В качестве показателя понимания выступала умение интерпретации материала обучающимся (объяснение, краткое изложение) или же предположение о дальнейшем ходе явлений, событий (предсказание последствий, результатов). Такие учебные результаты превосходят простое запоминание материала. Обучающийся должен понимать факты, правила и принципы формирования физической культуры; интерпретировать словесный материал, схемы, графики, диаграммы; преобразовывать словесный материал в математические выражения; предположительно описывать будущие последствия, вытекающие из имеющихся данных.

3 уровень – применение (практическая демонстрация усвоенных знаний): выявлялось умение студентов использовать изученный материал в конкретных условиях и в новых ситуациях на основе применения правил, методов, понятий, законов, принципов, теорий. Соответствующие результаты обучения требуют более высокого уровня владения материалом, чем понимание. Обучающийся должны уметь использовать в практической деятельности понятия и принципы в новых ситуациях; применять законы, теории в конкретных практических ситуациях; демонстрирует правильное применение метода или процедуры.

Тестирование состояло из трех частей: по 1 уровню - 60 вопросов (выбор правильного варианта ответа из 3 – 4 вариантов); по 2 уровню – 30 вопросов (предложение своего ответа или выбор правильного варианта ответа из 3 – 4

вариантов с обязательным обоснованием выбранного ответа); по 3 уровню – 15 вопросов (практическая демонстрация усвоенных знаний).

Обработка результатов: осуществляется суммирование баллов, набранных в результате выполнения тестирования по следующей схеме: $X = A + B * 2 + C * 4$, где «А» - количество правильных ответов по 1 уровню, «В» - количество правильных ответов по 2 уровню, «С» - количество правильных ответов по 3 уровню.

Результаты тестирования: высокий уровень – более 145 баллов (включительно) – у студента фиксируется все 3 уровня освоения знаний в сфере физической культуры (знание, понимание и применение); средний уровень – более 85, но менее 144 баллов (включительно) - у студента выявляется 2 уровня освоения знаний в сфере физической культуры (знание и понимание), 3 уровень (применение) представлен слабо или вообще не усвоен; низкий уровень – менее 84 баллов (включительно) - у респондента определяется 1 уровень освоения знаний в сфере физической культуры (знание), 2 уровень (понимание) представлен слабо или вообще не усвоен.

Диагностика рефлексивно-оценочного показателя физической культуры студента на основе модифицированной системы уровней обученности Б. Блума.

Цель: определение уровня абстракции, обоснованности, осознанности профессиональных знаний, умений и навыков студента в сфере физической культуры, его интеллектуальными способностями к анализу, синтезу, оценке, прогнозированию, конструктивно-проектным действиям, творческим и креативным умениям формирования знаний, на основе мониторинга показателей уровней обученности по таксономии Б. Блума.

Описание: данная методика позволяет выявить: уровень абстракции, обоснованности, осознанности в социальной значимости физического образования для своей будущей профессии, для формирования мотивации к

осуществлению профессиональной деятельности; уровень интеллектуальных способностей в контексте основ разработки современных педагогических технологий в области физической культуры с учетом особенностей образовательного процесса; уровень способностей к анализу, синтезу, оценке, прогнозированию, конструктивно-проектным действиям, творческим и креативным умениям формирования знаний в области методов физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, основ обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности с учетом региона; медико-биологических и психологических основ физической культуры; дидактических основ при построении индивидуальных учебно-тренировочных занятий различной целевой направленности с учетом национальных характеристик обучающихся.

Составление тестирования основано на классификационной таблице по таксономии Б. Блума в интерпретации Л.С. Илюшина. (Приложение 13).

Процедура проведения: диагностика уровня рефлексивно-оценочного показателя респондентов осуществлялась на основе специального тестирования трех уровней сложности в течение двух недель:

1 уровень – анализ (предоставление отчетов на основе анализа бланков тестирования и выполнения практических действий других обучающихся по операционному показателю): проверялось умение разбить материал на составляющие части так, чтобы ясно выступала его структура. Сюда относятся вычленение частей целого, выявление взаимосвязей между ними, осознание принципов организации целого. Обучающийся должен уметь выделять скрытые (неявные) предположения; выявлять ошибки и упущения в логике рассуждений; осуществлять разграничения между фактами и следствиями; оценивать значимость данных.

2 уровень – синтез (выполнение эссе по физкультурной тематике): определялось умение комбинировать элементы так, чтобы получить целое, обладающее новизной. Таким новым продуктом может быть эссе, сочинение, доклад, план действий, схемы, упорядочивающие имеющиеся сведения. Достижение соответствующих учебных результатов предполагает деятельность творческого характера, направленную на создание новых схем, структур. Обучающийся должен уметь предлагать план проведения какого-либо эксперимента на основе использования знания из различных областей, чтобы составить план решения той или иной проблемы.

3 уровень – оценка (проектная деятельность): выявлялось умение студентов оценивать значение того или иного материала (утверждения, исследовательских данных, системы физических упражнений и т. д.). Суждения обучающегося должны основываться на чётких критериях: внутренних (структурных, логических) или внешних (соответствие намеченной цели). Критерии могут определяться им самим или предлагаться ему извне, например, педагогом. Данная категория предполагает достижение учебных результатов всех предшествующих категорий. Обучающийся должен уметь оценивать логику построения материала в виде письменного текста, соответствие выводов имеющимся данным, значимость того или иного продукта деятельности, исходя из внутренних критериев, значимость того или иного продукта деятельности, исходя из внешних критериев.

Тестирование состояло из трех частей: по 1 уровню – 8 развернутых отчетов - анализов; по 2 уровню – 4 эссе на физкультурную тематику (2 - на свободную тему, 2 – на предложенную); по 3 уровню – 2 проекта по физкультурной тематике (1 - на свободную тему, 1 – на предложенную).

Обработка результатов: осуществляется суммирование баллов, набранных в результате выполнения тестирования по следующей схеме: $X = A + B * 2 + C * 4$, где «А» - количество развернутых отчетов – анализов по 1 уровню, «В» -

количество развернутых эссе по 2 уровню, «С» - количество представленных проектов по 3 уровню.

Результаты тестирования: высокий уровень – более 20 баллов (включительно) - у студента выявляются 3 уровня мыслительных процессов в сфере физической культуры (анализ, синтез и оценка); средний уровень – более 12, но менее 19 баллов (включительно) - у студента определяется 2 уровня мыслительных процессов в сфере физической культуры (анализ и синтез), 3 уровень (оценка) представлен слабо или вообще не проявляется; низкий уровень – менее 11 баллов (включительно) - у студента зафиксирован 1 уровень мыслительных процессов в сфере физической культуры (анализ), 2 уровень (синтез) представлен слабо или вообще не проявляется.

Поведенческий показатель когнитивного компонента (физкультурной компетентности) основан на формировании здорового и физкультурного образа жизни студентов. Проблема оптимизации жизни и здоровья студентов в современных условиях социальной и экономической неустойчивости требует пристального внимания и неотложного решения [516]. Сегодняшним студентам, в будущем – педагогам, предстоит реализовать такие важные социальные функции общества, как профессионально-трудовая, репродуктивная, интеллектуальная и нравственная. Поэтому формирование здорового и физкультурного образа жизни имеет как общечеловеческий, так и социально-классовый характер. Степень их глубины зависит от конкретных условий существования человечества в целом и каждой личности в отдельности, той или иной социальной системы. Дефиниция «Здоровый образ жизни» включает в себя не только медицинскую составляющую, включающую в свое содержание отсутствие патологических изменений в организме человека вследствие соблюдения им основных медико-гигиенических правил и норм, понимается как социальная категория. Она отражает специфическую систему взаимодействия

личности и социума, отношения человека к самому себе с точки зрения медицины, педагогики, этики и эстетики как культуры красоты человеческого тела и т. п. [415]. Исследователи В.У. Агеевец [5], В.К. Бальсевич [26], П.А. Виноградов [79], Т.И. Сулимцев [437], В.Д. Чепик [487] и др. отмечают в своих исследованиях, что здоровый образ жизни показывает ориентированность личности на укрепление и развитие индивидуального и социального здоровья, реализует наиболее ценный вид профилактики заболеваний, а именно первичную профилактику, содействующую предотвращению их возникновения. Также данная ориентированность способствует удовлетворению жизненно важной потребности личности в активных, физических упражнениях. Следует отметить, что здоровый образ жизни с этих позиций представляется как реализация комплекса единой научно-обоснованной медико-биологической и социально-психологической системы профилактических мероприятий, в которой важное значение имеет правильная физкультурная деятельность студентов [66].

В своих исследованиях М.Я. Виленский и А.Г. Горшков дефиницию «здоровый образ жизни» определяют через «здоровый стиль жизни» как его воплощение на уровне личности, как одну из конкретных форм, посредством которой образ жизни доводится до реального воплощения в действительность через индивидуальность. В свою очередь, термин «здоровый стиль жизни» они понимают как личностное новообразование, продукт духовных и физических усилий человека, целостную систему жизненных проявлений личности, способствующую гармонизации индивидуальности личности с условиями жизнедеятельности и являющуюся средством самоактуализации в жизнедеятельности [74, с. 113].

Таким образом, здоровый образ жизни можно представить как совокупность форм жизнедеятельности человека, первостепенной в которой является оздоровительная и физкультурная деятельность. В свою очередь, формирование

здорового образа жизни – одна из важнейших задач современной социальной политики, в частности, воспитание здорового образа жизни студентов как профессиональной пригодности к будущей профессиональной деятельности – задача руководства и преподавательского состава вуза. Следует отметить, что формирование физической культуры личности будущих педагогов взаимосвязано и взаимообусловлено развитием здорового образа жизни в студенческой среде.

Мониторинг по определению здорового образа жизни осуществлялся по методике Д. Н. Давиденко и В. П. Петленко «Оценка образа жизни» [74, с. 117–119].

Диагностика поведенческого показателя физической культуры студента на основе оценки ведения студентами здорового образа жизни по методике Д. Н. Давиденко и В. П. Петленко.

Цель: определение уровня ведения студентами здорового образа жизни.

Описание: для проведения данной методики необходимо наличие опросника (Приложение 14). Процедура проведения: испытуемому необходимо отметить один из предлагаемых ответов.

Обработка результатов: осуществляется суммированием баллов выбранных респондентом ответов по следующей схеме: 1. 3-2-0 (за ответ «а» начисляется - 3 балла, за ответ «б» – 2 балла, за ответ «в» – 0 баллов); 2. 1-3-0; 3. 2-3-0; 4. 0-3-0; 5. 0-1-3; 6. 3-2-0; 7. 0-0-3; 8. 1-3-0; 9. 1-2-3; 10. 3-0-0; 11. 3-0-0; 12. 2-3-0; 13. 0-3-0; 14. 3-3-3; 15. 0-2-3; 16. 0-2-3.

Результаты тестирования: высокий уровень – более 40 баллов (включительно), проявляется в умении организовывать режим деятельности и эффективного отдыха, проявляется активное ведение здорового образа жизни; средний уровень – от 20 до 39 баллов (включительно), характеризуется пассивность в ведении здорового образа жизни, наблюдается умение частично восстанавливать свои силы, наблюдаются средние гигиенические навыки и

характерен умеренный режим дня; низкий уровень – менее 190 баллов (включительно), определяется не ведение здорового образа жизни.

Таким образом, в данном параграфе определены методы психолого-педагогической диагностики и процедуры их использования в процессе формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, которые определяют актуальный вклад в теорию психолого-педагогических измерений, мониторинг и диагностику, в теорию квалиметрии. Они выявляют исходный и конечный уровень формирования физической культуры студентов на основе определения степени сформированности ее основных компонентов.

5.3. Результаты экспериментальной работы по формированию физической культуры студентов

Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе вузов Удмуртской республики (Глазовский государственный педагогический институт им. В. Г. Короленко, Удмуртский государственный университет, Ижевский юридический институт (Ижевский филиал). Общую выборку испытуемых составили 1650 студентов различных факультетов и специальностей подготовки. Для эксперимента студенты были разделены на две группы: экспериментальная группа (834 студента) и контрольная группа (816 студентов) в независимости от пола. Каждый из респондентов обеих групп был продиагностирован по методикам, описанным выше, кроме мониторинга по операционному и рефлексивно-оценочному показателю. Для определения результатов сформированности физической культуры по данным показателям была осуществлена случайная выборка каждого десятого респондента. Общую выборку испытуемых по этим показателям составили 165 студентов различных

факультетов и специальностей подготовки. В целом не равное количество респондентов в контрольной и экспериментальной группах объясняется тем, что эксперимент проводился в академических группах профессиональной подготовки с неравным количеством обучающихся.

Для организации экспериментального исследования был использован метод математической статистики, который применялся для количественного анализа экспериментальных данных. Для сравнения распределений испытуемых экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп в контексте математико-статистической обработки результатов педагогических исследований нами был использован χ^2 . Выбор данного критерия для математико-статистической обработки обусловлен следующими характеристиками:

- позволяет сравнивать распределения частот (количество проявлений) вне зависимости от того, распределены они нормально или нет, а также в не зависимости от разного количества респондентов в КГ и ЭГ;
- применение критерия возможно, когда результаты экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп по состоянию изучаемого свойства, признака распределяются более, чем на две категории (класса), в нашем случае на уровни (высокий, средний и низкий);
- допускает перевод баллов, полученных в результате диагностик сформированности физической культуры по компонентам и показателям в уровни (высокий, средний, низкий), строить таблицы распределений баллов, чтобы узнать количество человек по этим уровням, а также позволяет доказать, что в одном из уровней (в одной из категорий) количество человек действительно больше или меньше.

Критерий Хи-квадрат вычислялся по следующей формуле:

$$\chi^2 = \frac{1}{n_{\text{э}} * n_{\text{к}}} \sum_{i=1}^c \frac{(n_{\text{э}} * K_i - n_{\text{к}} * \text{Э}_i)^2}{\text{Э}_i + K_i}$$

До эксперимента (предварительный срез) и после эксперимента (контрольный срез) проведена диагностика уровней (высокий, средний, низкий) сформированности компонентов и показателей формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза: мотивационного (физкультурно-ориентированное мировоззрение, мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, эмоциональный показатель); деятельностного (психический, физический и оздоровительный); когнитивного (операционный, рефлексивно-оценочный и поведенческий).

На протяжении 2011/12 и 2012/13 учебных годов в процессе профессиональной подготовки в вузе у респондентов экспериментальной группы реализована методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве и выявленные в исследовании педагогические условия. У студентов контрольной группы образовательно-воспитательный процесс в течение обозначенного периода времени осуществлялся по традиционной профессиональной подготовке.

Предварительный и контрольный срезы выявили следующие данные по экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группах в аспекте сформированности компонентов и показателей физической культуры студентов (Таблица 7).

Результаты диагностирования респондентов по компонентам и показателям физической культуры в контексте предварительного и контрольного срезов

Компо- нент ФК	Показа- тель ФК	Срез	Количество респондентов						Матем.- стат. анализ	
			Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень			
			ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	X2	P
Мотива- ционный	Мировоз- зренческий	Предвар	36	45	572	580	226	191	3,79	> 0,05
		Контр.	319	202	401	278	114	336	157,9	< 0,05
	Мотива- ционно- ценностный	Предвар	16	19	640	602	178	195	2	> 0,05
		Контр.	146	89	633	547	55	180	86,4	< 0,05
	Эмоцио- нальный	Предвар	112	89	440	421	282	306	3,83	> 0,05
		Контр.	179	138	511	467	144	211	19,73	< 0,05
Деятель- ност- ный	Физи- ческий	Предвар	109	130	425	396	300	290	2,84	> 0,05
		Контр.	192	166	444	384	198	266	16,01	< 0,05
	Психи- ческий	Предвар	59	50	371	401	404	365	3,69	> 0,05
		Контр.	108	63	494	420	232	333	35,7	< 0,05
	Оздорови- тельный	Предвар	18	25	381	350	435	441	2,3	> 0,05
		Контр.	68	40	512	469	254	307	13,96	< 0,05
Когни- тивный	Операц- онный	Предвар	7	9	26	38	46	39	2,78	> 0,05
		Контр.	22	13	57	46	4	23	16,85	< 0,05
	Рефлек- сивный	Предвар	3	2	12	18	78	52	3,99	> 0,05
		Контр.	9	4	39	22	35	56	11,62	< 0,05
	Поведен- ческий	Предвар	117	109	448	461	269	246	1,41	> 0,05
		Контр.	348	276	419	389	67	151	41,6	< 0,05

Результаты мониторинга сформированности физической культуры студентов по компонентам представлены на сводных диаграммах (Диаграммы 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9).

Диаграмма 1

Динамика формирования физической культуры по мировоззренческому показателю мотивационного компонента

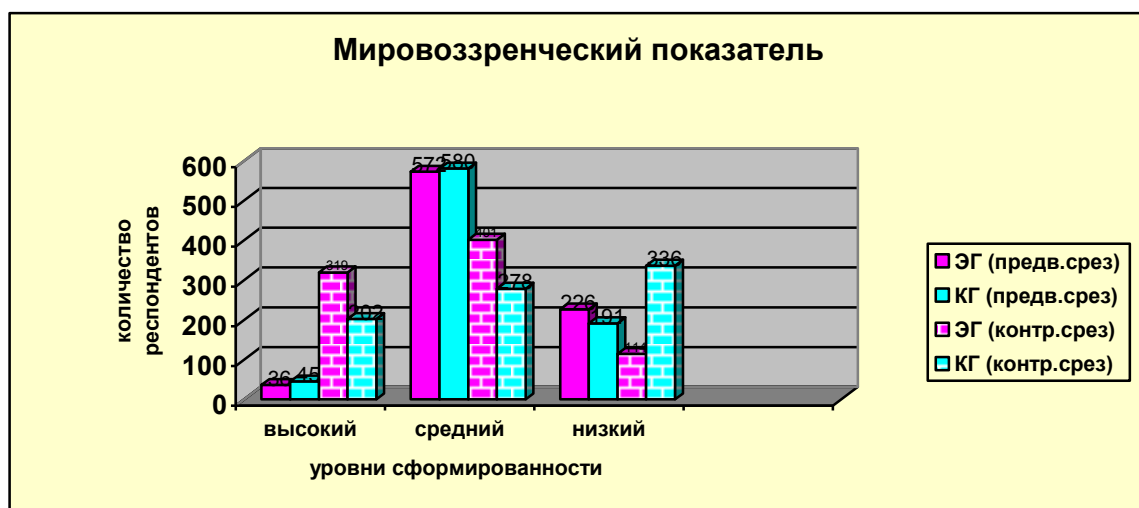
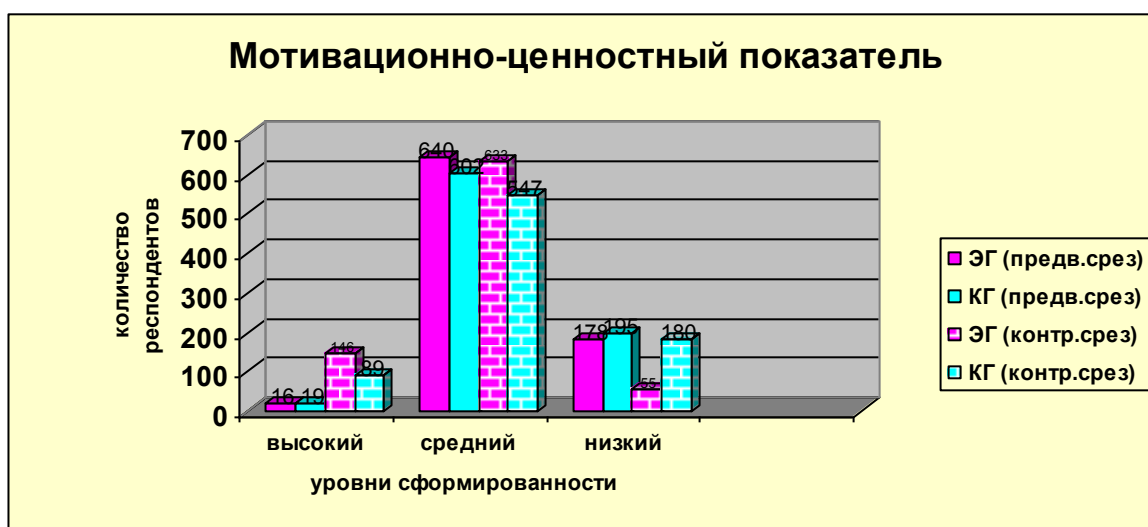


Диаграмма 2

Динамика формирования физической культуры по мотивационно-ценностному показателю мотивационного компонента



**Динамика формирования физической культуры
по эмоциональному показателю мотивационного компонента**

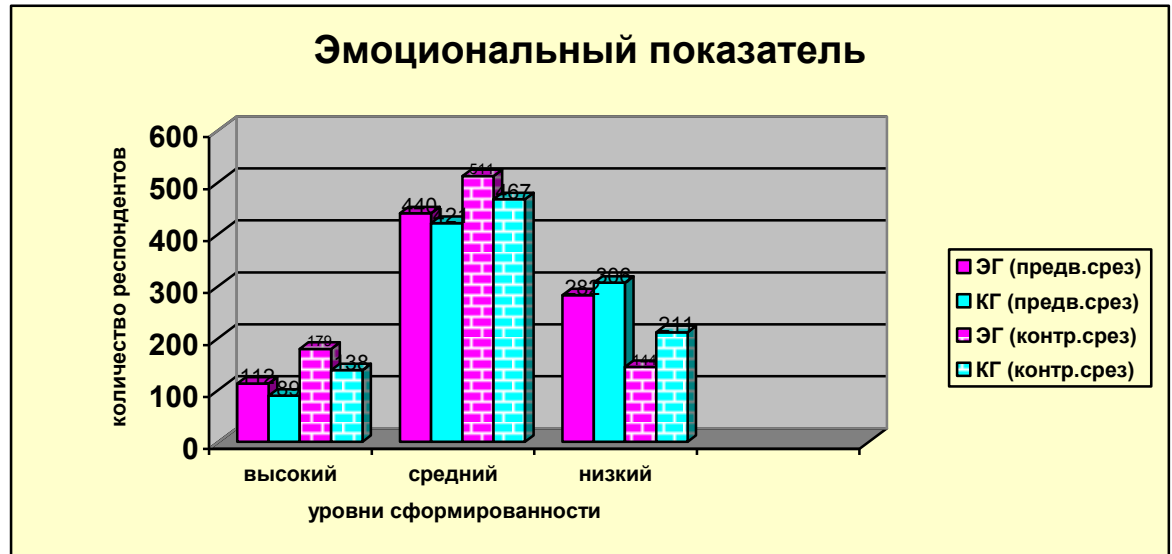
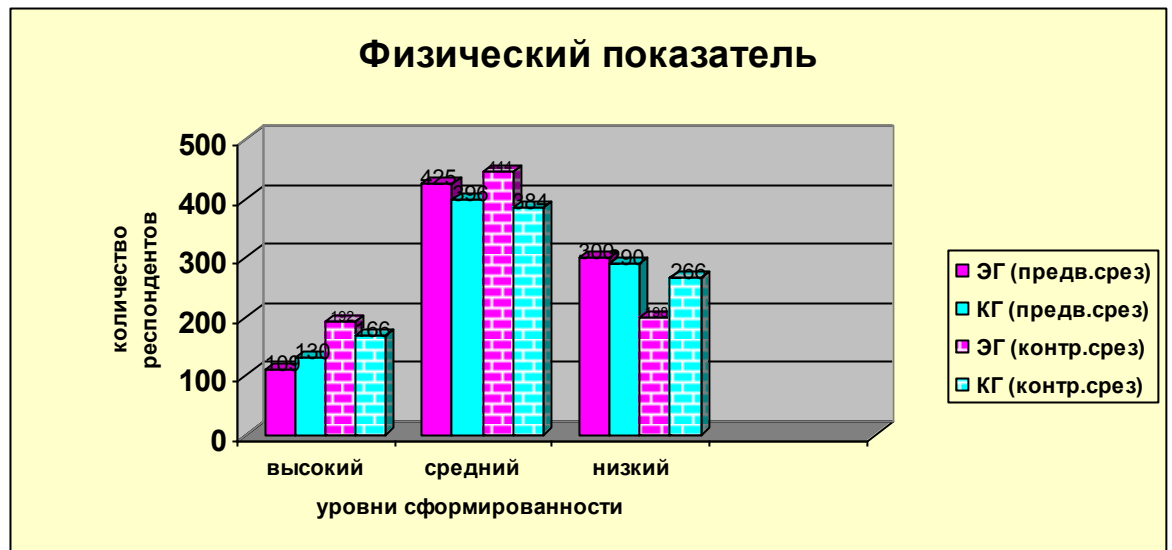
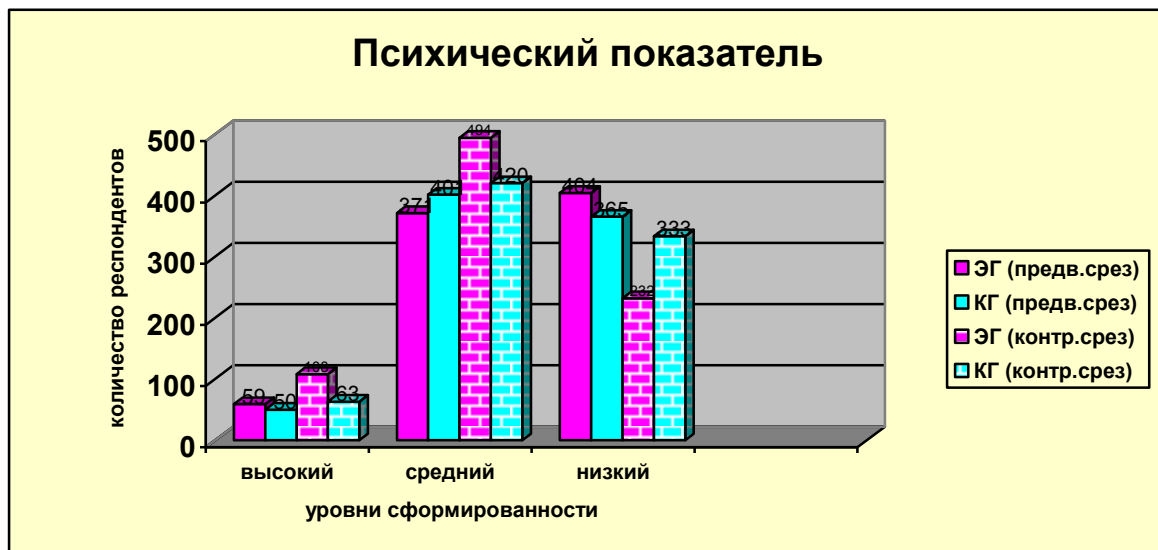


Диаграмма 4

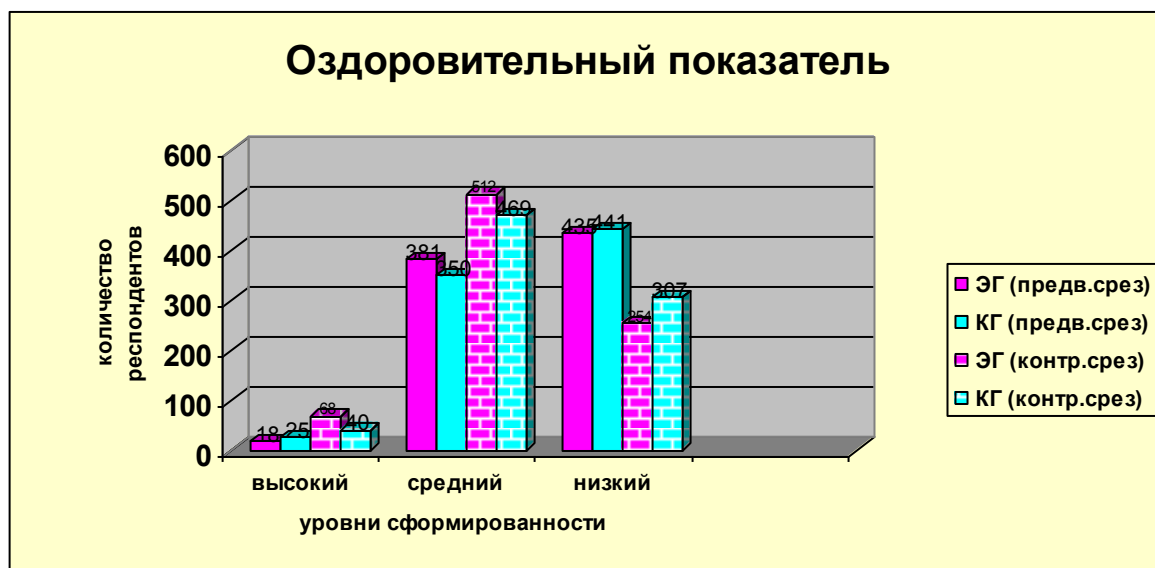
**Динамика формирования физической культуры
по физическому показателю деятельностного компонента**



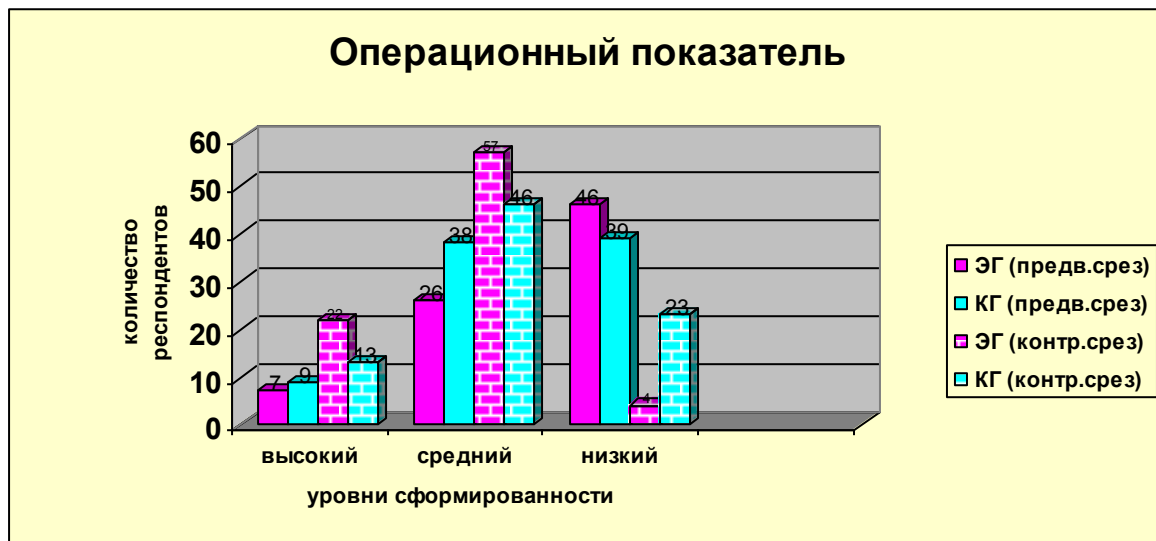
**Динамика формирования физической культуры
по психическому показателю деятельностного компонента**



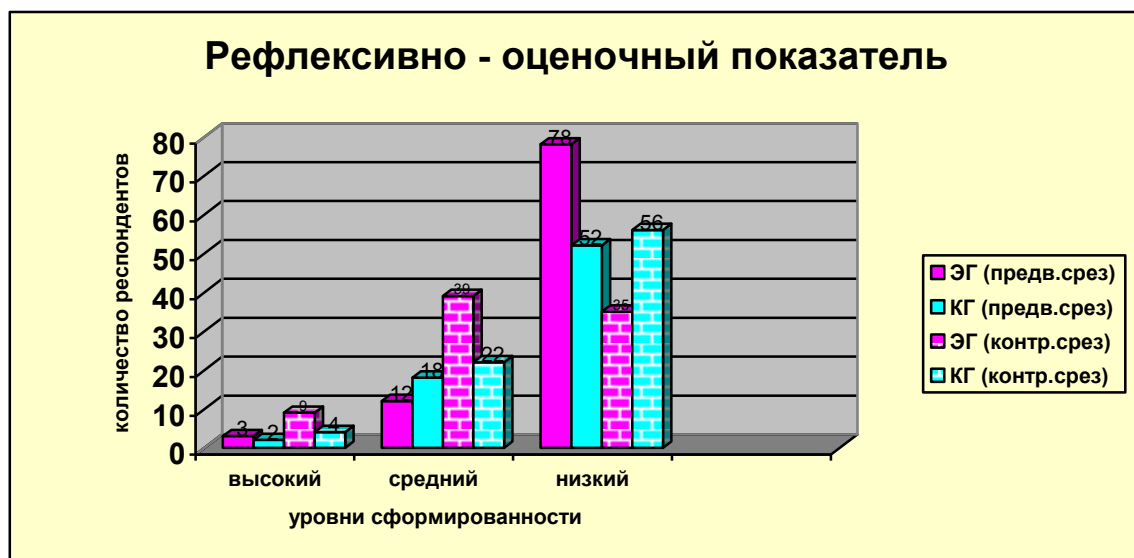
**Динамика формирования физической культуры
по оздоровительному показателю деятельностного компонента**



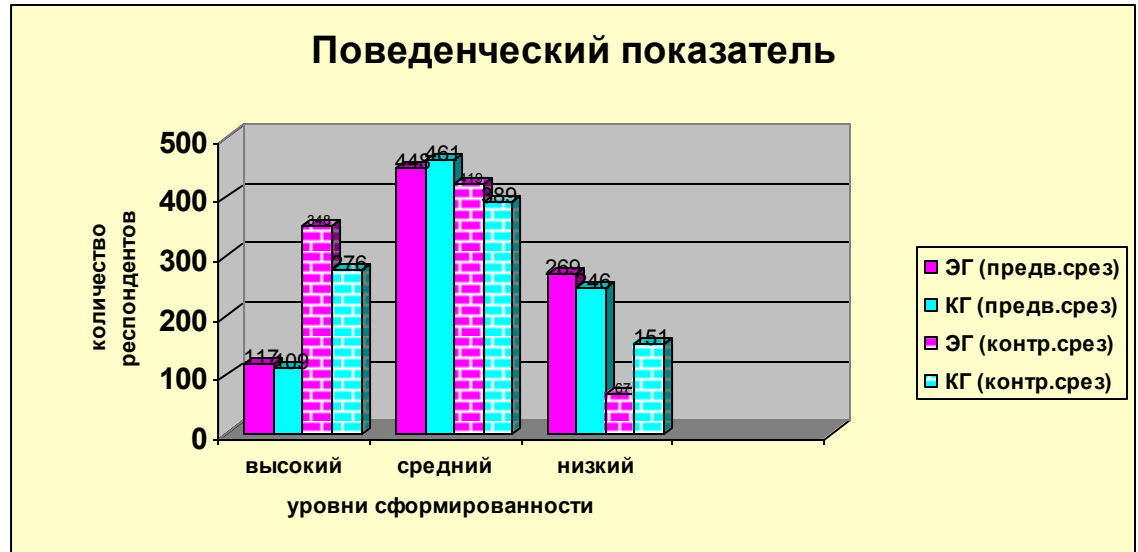
**Динамика формирования физической культуры
по операционному показателю когнитивного компонента**



**Динамика формирования физической культуры
по рефлексивно-оценочному показателю когнитивного компонента**



**Динамика формирования физической культуры
по поведенческому показателю когнитивного компонента**



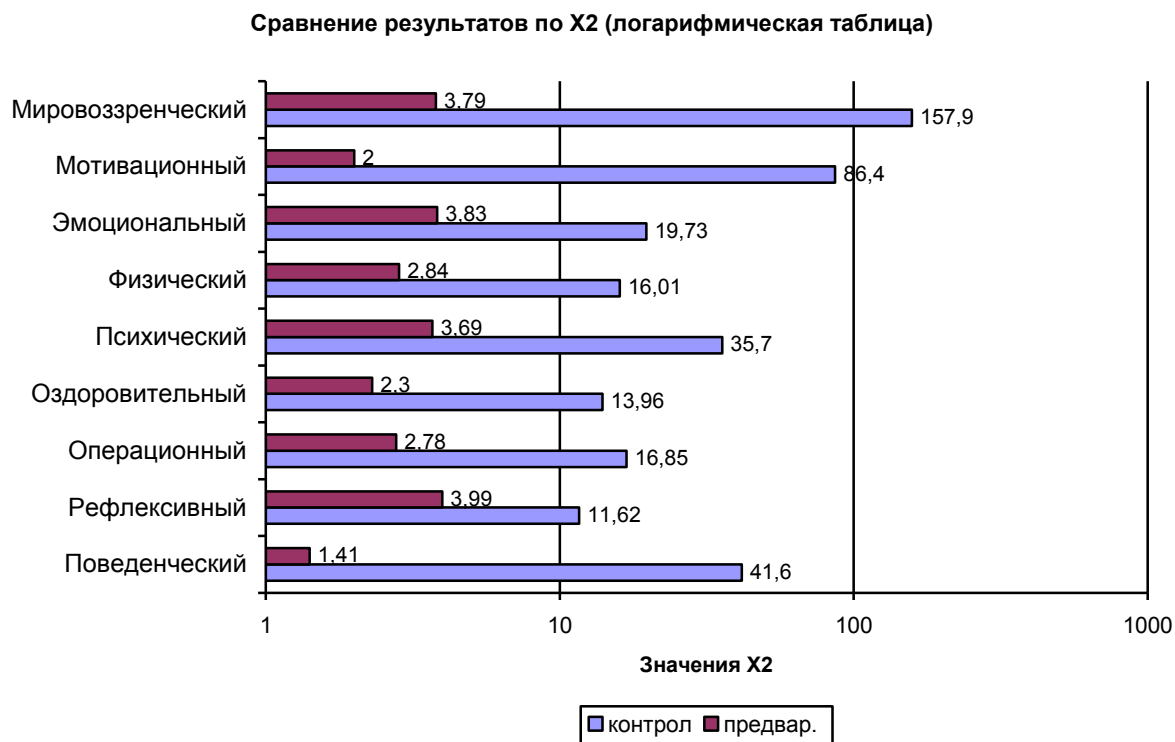
Обсуждение результатов исследования

На основе анализа данных предварительного и контрольного анализов динамики формирования физической культуры по различным показателям мотивационного, деятельностного и когнитивного компонентов выявлено, что в экспериментальных группах, по сравнению с контрольными улучшены все показатели. Зафиксировано увеличение количества студентов экспериментальной группы, по сравнению с контрольной, на высоком и среднем уровнях сформированности физической культуры после окончания эксперимента. Выявлено уменьшение численности студентов экспериментальной группы, по сравнению с контрольной, на низком уровне сформированности физической культуры. Для наглядного определения выявленных выше положений построена логарифмическая диаграмма, показывающая сравнительные результаты математико-статистической обработки результатов исследования по χ^2 предварительного и контрольного срезов по всем показателям формирования

физической культуры студентов. Следует отметить, что для достоверности получения сравнительных результатов была проведена выборка респондентов (каждый 10-ый) по всем показателям сформированности физической культуры, но анализ достоверности не выявил значительных различий между данными всех респондентов и выборки по каждому 10-му. Соответственно в логарифмической таблице приводятся данные всех респондентов экспериментальных групп (Диаграмма 10).

Диаграмма 10

**Сравнительные результаты формирования физической культуры
культуры студентов по различным показателям
предварительного и контрольного срезов по X2**



На основе анализа логарифмической диаграммы можно выявить, что самое значительное влияние методики формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения и выявленных педагогических условий оказало на

физкультурно-ориентированное мировоззрение обучающихся (на 157,9+/-3,79 единиц), мотивационно-ценностное отношение молодежи к занятиям физической культурой (на 86,4+/-2 единицы) и их поведенческий показатель (на 41,6+/-1,41). Это объясняется тем, что внедрение мобильного обучения в образовательно-воспитательный процесс через реализацию портативных устройств соответствует запросам и интересам современной молодежи.

Экспериментальная методика в меньшей степени положительно повлияла по сравнению с обозначенными выше критериями, на психический показатель (на 35,7+/-3,69 единицы), эмоциональный показатель (на 19,73+/-3,83 единиц), операционный показатель (на 16,85+/-2,78 единиц), физический показатель (на 16,01+/-2,84 единиц). Наименьшее положительное влияние из всех выявленных в исследовании показателей формирования физической культуры студента, внедрение экспериментальной методики оказало на оздоровительный (на 13,96+/-2,3 единиц) и рефлексивный (на 11,62+/-3,99 единиц) показатели. Это объясняется тем, что формирование физической культуры студентов в контексте оздоровительного компонента во многом зависит от здоровьесберегающей инфраструктуры института и от индивидуальных особенностей и условий жизнедеятельности каждого обучающегося. Но следует отметить, что с помощью внедрения методики формирования физической культуры студентов выявлены положительные сдвиги в сторону оздоровления студентов в аспекте соматических характеристик. Незначительное увеличение рефлексивного показателя в экспериментальных группах в отличие от контрольных, в свою очередь объясняется взаимосвязанностью данного критерия с проектной и творческой деятельностью обучающихся. Профессиональная подготовка студентов в вузе имеет одной из основных целей развитие в целом у каждого обучающегося данных видов деятельности. В этом контексте зафиксировано увеличение студентов на высоком уровне по данному показателю у обеих групп, но также,

следует отметить, что в экспериментальной группе повышение значительнее, чем в контрольной. Это подтверждает эффективность экспериментальной методики формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения и выявленных в исследовании педагогических условий.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 5

1. Педагогический мониторинг формирования физической культуры студента осуществлен с использованием комплекса диагностических методик, позволивших изучить ход и результаты покомпонентного и поэтапного развития физической культуры испытуемых и наблюдать положительную динамику формирования физической культуры у студентов.

2. Системная целостность и действенность критериально-диагностического аппарата, применяемого для оценки уровня формирования физической культуры студента, обеспечена поэтапной методикой формирования компонентов физической культуры по их показателям, наилучшим образом аккумулирующей в себе отдельные диагностики, в том числе и авторские, и позволяющей составить полную картину формирования физической культуры испытуемых в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

3. Применение диагностического аппарата на различных этапах опытно-экспериментальной работы обеспечило всестороннее изучение особенности формирования физической культуры испытуемых с различной мировоззренческой, деятельностной и когнитивной обусловленностью.

4. Анализ результатов комплексной диагностики формирования физической культуры студента показал, что физическая культура детерминируется как мотивационный (физкультурно-ориентированное мировоззрение, мотивационно-ценностное отношение к физкультурной деятельности, эмоциональная готовность), деятельностный (психическая, физическая и оздоровительная готовность), так и когнитивный (операционный, рефлексивно-оценочный, поведенческий) компоненты. Следовательно, формировать физическую культуру студента можно, формируя и развивая всю совокупность ее компонентов и показателей в их взаимообусловленном единстве.

5. Применение методики формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения и системы педагогических условий оказало решающее влияние на эффективность формирования физической культуры испытуемых по всем компонентам и показателям. Существенное влияние методики формирования физической культуры студента на основе мобильного обучения зафиксировано на физкультурно-ориентированное мировоззрение обучающихся, мотивационно-ценностное отношение молодежи и их поведенческий показатель. Реализация мобильного обучения и нетрадиционных физических упражнений с уклоном на профессионально-важные качества будущего педагога содействует потребностям современной молодежи в организации профессиональной подготовки, реализующейся на заинтересованности подростков в системном познании, с помощью нетрадиционных средств и форм обучения в любое время, независимо от местоположения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Анализ системного изучения формирования физической культуры обучающихся позволил обеспечить целостное понимание современного состояния проблемы и научно обоснованное определение дальнейших перспектив ее решения. Исторический экскурс на основе анализа научной литературы и диссертационных исследований позволил условно выделить три периода развития проблемы формирования физической культуры обучающихся: период зарождения (вторая половина XIX – начало XX века), становления (первая половина XX – конец XX века) и интеграции (конец XX века – до настоящего времени). Системное изучение формирования физической культуры, которое в первую очередь предполагало аналитическое представление ее исторического становления, позволило обеспечить целостное понимание современного состояния проблемы и научно обоснованное определение дальнейших перспектив ее решения. Историко-педагогический анализ проблемы формирования физической культуры личности позволил определить ключевые тенденции: комплексность в контексте разработки теоретических аспектов знания (медико-биологические, психологические, педагогические, философские, социологические, профессионально-интегративные и культуроведческие); междисциплинарность в аспекте выявления характера и тенденций исследований по названной проблеме, ключевое из которых основано на том, что процесс формирования физической культуры студентов приобретает все более межпредметный характер; осознание как части общей культуры и как базового, необходимого профессионально-личностного качества будущего специалиста.

На основе изучения научной литературы определен категориальный аппарат исследования, состоящий из следующих дефиниций, создающих целостное понимание процесса формирования физической культуры студента:

- культура как совокупность созданных человеком материальных и духовных ценностей, творческой деятельности, совокупность человеческой деятельности и уровень информационного состояния отдельного человека, благодаря которому существует социальная организация в обществе;

- физическая культура как часть общей культуры, процесс и результат человеческой деятельности, накопленное в процессе жизнедеятельности человечеством достояние, содержащее в себе: часть образа жизни людей, общественную и человеческую деятельность, совокупность материальных и духовных ценностей, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей;

- физическая культура студента как интегративное личностное образование, характеризующееся комплексом трех взаимосвязанных компонентов, которые формируются на основе физкультурной деятельности: «физическая» – деятельностный (телесный) компонент; «культура» – мотивационный (мировоззренческий) компонент «студента» – когнитивный (интеллектуальный) компонент.

- физкультурная деятельность как двигательная и интеллектуальная деятельность, основанная на воздействии телесного и духовного начал человека, направленная на формирование физической культуры;

- мобильное обучение студента как обучение, основанное на возможности получать или предоставлять учебную информацию любого формата на персональные мобильные устройства независимо от местоположения;

- педагогика мобильного обучения как специальная отрасль педагогики, раскрывающая закономерности развития личности в процессе мобильного обучения и образования в течение всей жизни независимо от места и времени на основе дистанционных технологий, с помощью мобильных и портативных устройств, реализованная в условиях создания новых форм познания и

менталитета, характеризующаяся мультимедийностью, структурированностью, доступностью, модульностью и интерактивностью.

Формирование физической культуры студента – будущего педагога – в целом можно представить как единство освоения физической культуры, включающей взаимосвязь трех компонентов, и нового элемента содержания феномена «формирование студента – будущего педагога» – социального компонента, выраженного в созидании «новых» культурных социальных ценностей, представленных, в нашем исследовании, в частности, как мобильное обучение, основанное на реализации идей педагогики мобильного обучения.

Методологическая основа исследования базируется на культурологическом подходе, системно-деятельностном и личностно-ориентированном, компетентностном и инновационно-технологическом подходах. Теоретическая основа – на научно-теоретических знаниях в области физической культуры: медико-биологических, педагогических, психологических, философских, социологических, профессионально-интегративных и культуроведческих.

Выявленные для исследования методологические подходы, образующие единую систему многоуровневого характера, послужили концептуальной основой формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения. Разработанные методологические основы исследования, базирующиеся на разработке концептуальных подходов и принципов, системном знании о физической культуре, составляют научную платформу для разработки концепции, модели и методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения.

2. Разработана концепция формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения в системе профессионального педагогического образования как новое

научное обоснование повышения качества профессиональной подготовки.

В основе концепции формирования физической культуры студентов положена идея о целостности и взаимообусловленности всех сфер: физической, интеллектуальной, профессиональной, духовно-нравственной, творческой подготовки.

Концепция раскрывается через следующие идеи:

- основными направлениями формирования физической культуры студентов выступают: культурологический подход, системно-деятельностный и личностно-ориентированный, компетентностный и инновационно-технологический подходы;

- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении принципа культуросообразности, синергии интеллектуального и деятельностного составляющих физкультурной деятельности, самоформирования обучающегося на основе решения внутренних противоречий личности, индивидуализации и дифференциации физкультурной деятельности, интегративности содержания, развития творчества как конечного результата сформированности физкультурной компетентности;

- мобильность обучения в физкультурной подготовке студентов достигается педагогом при обеспечении доступности мобильных технологий каждому обучающемуся, генерализации учебной информации, перевода виртуальной в реальную физкультурную деятельность, интенсивного физкультурного самосовершенствования с помощью мобильных устройств, персонифицированности физкультурной подготовки;

- эффективность формирования физической культуры студентов достигается при соблюдении следующих педагогических условий: организация образовательного пространства гуманитарного вуза на основе интеграции трех синергетически взаимосвязанных подпространств: учебное, внеучебное (социокультурное) и информационное (медиа); реализация педагогики мобильного

обучения; научно обоснованное управление процессом формирования физической культуры студентов.

В исследовании детально определен и структурирован компонентный состав формирования физической культуры студентов. Физическая культура студента как системное образование представляет собой единство трех взаимосвязанных составляющих, направленных на оптимальную реализацию в различных видах педагогической деятельности:

- физкультурно-ориентированного мировоззрения, мотивационно-ценностного отношения и эмоционального комфорта при физкультурной деятельности, что соответствует мотивационному компоненту физической культуры студента;
- физической, психической и функциональной готовности, что обуславливает деятельностный компонент физической культуры студента;
- физкультурной компетентности, обуславливающей когнитивный компонент физической культуры студента.

Выявленные в исследовании компоненты базируются на разработке комплекса показателей, что, в свою очередь, содействует процессу разработки стратегии формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза: мотивационный (физкультурно-ориентированное мировоззрение, мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, эмоциональный показатель); деятельностный (психический, физический, функциональный показатели); когнитивный (операционный, рефлексивно-оценочный и поведенческий показатели). Обобщенный фактический материал позволил описать три уровня формирования физической культуры студента в зависимости от степени проявления критериев и показателей: высокий, средний и низкий.

3. Создана модель формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения, которая вносит вклад в теорию моделирования сложных педагогических систем. Представленная модель отражает систему специфической организации процесса педагогического образования, центральным звеном которой становятся принципы, методологические подходы и инновационная методика, обеспечивающих формирование физической культуры студента от низкого до высокого уровня по этапам. Модель состоит взаимосвязанных блоков. Целевой блок уточняет социальный заказ и цель исследования. Методологический блок оптимизирующего процесс профессионализации, посредством определения теоретических основ, методологических подходов, принципов, педагогических условий для эффективного формирования физической культуры студентов. Содержательный блок основан на реализации специальной образовательной программы мобильного обучения. Уровневый блок раскрывает структуру формирования физической культуры студентов по компонентам и уровням. Результирующий блок показывает результат экспериментальной работы.

4. Определен критериально-уровневый аппарат, методы педагогической диагностики и процедуры их использования в процессе формирования физической культуры студентов, включая авторские методики анализа физкультурно-ориентированного мировоззрения с помощью изучения социальных сетей и авторской системы уровней сформированности когнитивного компонента физической культуры студента.

Педагогический мониторинг формирования физической культуры студента осуществлен с использованием комплекса диагностических методик, позволивших изучить ход и результаты покомпонентного и поэтапного развития физической культуры испытуемых и наблюдать положительную динамику формирования физической культуры у студентов.

Системная целостность и действенность критериально-диагностического аппарата, применяемого для оценки уровня формирования физической культуры студента, обеспечена поэтапной методикой формирования компонентов физической культуры по их показателям, наилучшим образом аккумулирующей в себе отдельные диагностики, и позволяющей составить полную картину формирования физической культуры испытуемых в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Применение диагностического аппарата на различных этапах опытно-экспериментальной работы обеспечило всестороннее изучение особенности формирования физической культуры испытуемых с различной мировоззренческой, деятельностной и когнитивной обусловленностью.

Анализ результатов комплексной диагностики формирования физической культуры студента показал, что физическая культура детерминируется как мотивационный (физкультурно-ориентированное мировоззрение, мотивационно-ценностное отношение к физкультурной деятельности, эмоциональная готовность), деятельностный (психическая, физическая и оздоровительная готовность), так и когнитивный (операционный, рефлексивно-оценочный, поведенческий) компоненты. Следовательно, формировать физическую культуру студента можно, формируя и развивая всю совокупность ее компонентов и показателей в их взаимообусловленном единстве.

5. Разработана авторская методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения. Методика реализуется с помощью физкультурного контента. Особенности авторской методики обучения являются: учёт национально-регионального компонента; дифференциация физкультурной деятельности обучающихся, ориентированной на подготовку к сдаче норм всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне» и развитие

профессионально-важных качеств личности с использованием нетрадиционных физических упражнений. Методика реализована по следующим этапам формирования физической культуры: мировоззренческого, деятельного и творческого, каждый из которых имеет определенную цель, содержание, ключевым компонентом которого является реализация идей мобильного обучения.

Выявлены этапы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза: мировоззренческий, деятельностный и творческий. Определены результаты процесса формирования физической культуры студента на каждом из этапов, разработаны структурные компоненты авторской методики и их целостное содержание: мобильный, национально-региональный, теоретический, теоретико-методический и практический.

Разработан и внедрен национально-региональный компонент содержания обучения в авторскую методику формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, системно дополняющий профессиональную подготовку студентов. В связи с выявленными положениями, в исследовании определена необходимость включения национально-регионального компонента содержания обучения на основе доминирования национальной составляющей в авторскую методику для эффективного формирования физической культуры через возрождение национального самосознания и взаимосвязанных с ним факторов. В рамках реализации методики разработаны научно-методические основы внедрения национально-регионального компонента содержания обучения в образовательно-воспитательный процесс гуманитарного вуза. Внедрение национально-регионального компонента в содержание обучения предмета «Физическая культура» и дисциплин физкультурно-формирующего цикла будет содействовать: возрождению у

обучающихся национального самосознания; эффективности реализации физкультурной деятельности студентов; обогащению содержания профессиональной подготовки в вузе. Разработка и внедрение национально-регионального компонента содержания обучения в образовательно-воспитательный процесс вуза через формирование компонентов физической культуры студента дополняет авторскую методику и содержательно обогащает профессиональную подготовку в вузе.

Авторская методика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза реализуется по блокам (мобильный, национально-региональный, теоретический, теоретико-методический и практический), по этапам (мировоззренческий, деятельностный и творческий) на основе следующих ведущих экспериментальных программ:

- программа мобильного обучения на основе реализации идей педагогики мобильного обучения с помощью разработки специального мобильного физкультурного контента для гаджетов для системного формирования каждого компонента физической культуры студента и подготовки к всероссийскому комплексу «ГТО»;

- программа внедрения национально-регионального компонента содержания обучения в профессиональную подготовку по дисциплинам: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»;

- программа интегративной теоретической подготовки в контексте формирования физической культуры студентов, основанной на междисциплинарном подходе при обучении по дисциплинам «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»,

читаемый на лекциях и реализованный как мобильный контент для самостоятельного аудиообучения студентов;

- физкультурно-формирующий подраздел комплексной программы «Здоровье» ФГБОУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт имени В. Г. Короленко» на 2009–2013 годы, ориентированный на формирование физической культуры студента через популяризацию физкультурной деятельности обучающихся в вузе и здорового образа жизни всех участников образовательно-воспитательного процесса;

- программа внедрения экспериментального модуля «Подготовка будущего педагога как классного руководителя средствами физической культуры и спорта» в профессиональную подготовку студентов;

- программа формирования профессионально важных качеств студентов различных специальностей на основе нетрадиционных и инновационных физкультурно-оздоровительных систем физических упражнений;

- программа развития шахматно-шашечной игровой деятельности в образовательно-воспитательном процессе вуза;

- программа реализации различных моделей занятий физической культурой в практической учебной деятельности.

Выявленные экспериментальные программы составляют целостную систему целенаправленного воздействия на физкультурную деятельность студентов в вузе и определяют содержание авторской методики, направленной на формирование физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза. Данная методика составляет базу для модернизации профессионального педагогического образования, гарантирующего повышение качества профессиональной подготовки студентов.

6. В исследовании выявлена, теоретически обоснована и экспериментально проверена эффективность педагогических условий формирования физической

культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза. Определены наиболее общие организационно-педагогические условия формирования физической культуры студентов:

- организация образовательного пространства гуманитарного вуза на основе интеграции трех синергетически взаимосвязанных подпространств: учебное, внеучебное (социо-культурное) и информационное (медиа);

- реализация учебного подпространства на основе активизации совершенствования интеллектуальной составляющей физкультурной деятельности и разработки интегративного специального теоретического курса для учебных дисциплин «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ» и «Возрастная анатомия физиология и гигиена», направленного на формирование физической культуры студентов;

- создание внеучебного (социокультурного) подпространства на основе интеграции специальных структурных воспитательных, социальных и оздоровительных подразделений вуза. Основным механизмом взаимодействия студентов являются: субъект-субъектные отношения, ориентированность на содержание будущей профессиональной деятельности, актуализация позитивных эмоциональных состояний, наличие обратной связи на основе межличностного общения и педагогической диагностики;

- создание информационного (медиа) подпространства в аспекте реализации идей мобильного обучения на основе внедрения информационных технологий, включающих в свое содержание электронное, компьютерное и мобильное обучение, предоставляющее значительные инновационные дидактические возможности для разработки обучающих, консультирующих и контролирующих мобильных программ, ориентированных на активизацию познавательной деятельности обучающихся;

- реализация авторской методики формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза, основанной на интеграционной разработке инновационных экспериментальных программ.

Частными, методико-технологическими условиями, влияющими на эффективность формирования физической культуры студентов, в исследовании выступают:

- внедрение в образовательно-воспитательный процесс мобильных технологий на основе реализации идей педагогики мобильного обучения:

- составление аудиокурсов для внеаудиторной работы студентов: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» и реализация виртуальных спортивных состязаний в контексте формирования мотивационного компонента физической культуры студентов;

- разработка специального сайта в сети Интернет (мобильного физкультурного контента) для мобильных устройств. Контент мотивирует студентов различных специальностей на учебно-трениговую работу студентов по дисциплине «Физическая культура», а также на самостоятельную подготовки к Всероссийскому комплексу «ГТО» в ракурсе совершенствования деятельностного компонента физической культуры студентов;

- реализация специальных классификаций мобильных приложений для работы на мобильных устройствах по дисциплине: «Физическая культура» в аспекте развития когнитивного компонента физической культуры студентов.

Специфическими, личностно-развивающими условиями эффективности формирования физической культуры студентов являются:

- разработка системы обеспечения и управления образовательно–воспитательного процесса, построенного на основе определения следующих направлений и их результативности: управление самостоятельной деятельности

обучающихся, система мониторинговых исследований, разработка методики и мобилизация ресурсов, а также информационно-аналитическое, научно-методическое, административное, материально-техническое и нормативно-правовое обеспечение;

- гуманизация профессиональной подготовки в вузе за счет актуализации возможностей формирования физической культуры студентов.

Выявленные условия могут и должны реализовываться в единстве и определенной иерархии. Каждое из педагогических условий формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза вполне самостоятельно в силу своей специфики и назначения. Тем не менее свой физкультурно-формирующий потенциал они раскрывают наиболее полно лишь в совокупности.

Применение методики формирования физической культуры студентов на основе мобильного обучения и системы педагогических условий оказало решающее влияние на эффективность формирования физической культуры испытуемых по всем компонентам и показателям. Существенное влияние методики формирования физической культуры студента на основе мобильного обучения зафиксировано на физкультурно-ориентированное мировоззрение обучающихся, мотивационно-ценностное отношение молодежи и их поведенческий показатель. Весь ход опытно-экспериментальной работы убедительно показал, что при последовательной реализации выявленных условий в экспериментальных группах испытуемых наблюдалась положительная динамика формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза.

Таким образом, можно говорить о необходимости и достаточности предложенной системы условий для эффективной образовательной работы по формированию физической культуры студентов.

Проведенное исследование носит завершённый характер, однако автор не претендует на исчерпывающую полноту разработки проблемы формирования физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза на основе мобильного обучения. Использование полученных в исследовании результатов позволит в дальнейшем адаптировать методику формирования физической культуры обучающихся на основе реализации идей мобильного обучения в других типах образовательных учреждений.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абдуллаев, С. Г. Оценка эффективности системы дистанционного обучения / С. Г. Абдуллаев // Телекоммуникации и информатизация образования. – 2006. – № 4 (35). – С. 110–117.
2. Абдуразаков, М. М. Педагогические особенности организации дистанционного обучения в системе подготовки будущего учителя / М. М. Абдуразаков, М. Г. Мухидинов // Стандарты и мониторинг в образовании. – 2009. – № 2. – С. 26–29.
3. Аверченко, Л. К. Дистанционная педагогика: проблемы и возможности / Л. К. Аверченко. – Режим доступа: www.sapanet.ru/ips/gmu/conf/1/DOC/S2/averchenko.doc (дата обращения: 16.06.2013).
4. Аганов, С. С. Концепция и технология развития физической культуры обучающихся в вузах ГПС МЧС России: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / С. С. Аганов. – СПб., 2008. – 45 с.
5. Агеевец, В. У. Методология и организационно-педагогические факторы совершенствования системы управления физической культурой в современном обществе: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. У. Агеевец. – М., 1986. – 54 с.
6. Кукульска-Хьюм, А. Мобильное обучение: аналитическая записка / А. Кукульска-Хьюм. – Режим доступа: <http://iite.unesco.org/pics/publications/ru/files/3214679.pdf>.
7. Адольф, В. А. Инновационная деятельность педагога в процессе его профессионального становления: монография / В. А. Адольф, Н. Ф. Ильина. – Красноярск: Поликом, 2007. – 192 с.
8. Акулова, Л. Н. Информационное обеспечение физической культуры студентов педагогического вуза: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Л. Н. Акулова. – СПб., 2005. – 49 с.
9. Алаторцев, В. А. Проблемы современной теории шахмат / В. А.

Алаторцев. – М.: Физкультура и спорт, 1960. – 336 с.

10. Алейников, А. Г. О креативной педагогике / А. Г. Алейников // Вестник высшей школы. – 1989. – № 12. – С. 29–34.

11. Александрова, Е. А. Миры и меры ребенка в образовании с позиции нового стандарта / Е. А. Александрова // Народное образование. – 2013. – № 1. – С. 205–213.

12. Алексеев, Н. А. Личностно-ориентированное обучение: вопросы теории и практики: монография / Н. А. Алексеев. – Тюмень: ТГУ, 1996. – 216 с.

13. Алешинцев, И. А. История гимназического образования в России (XVIII–XIX вв.) / И. А. Алешинцев. – СПб.: Изд-во О. Богдановой, 1912. – 340 с.

14. Амонашвили, Ш. А. Размышления о гуманной педагогике / Ш. А. Амонашвили. – М.: Изд-во «Дом Амонашвили», 1996. – 496 с.

15. Ананьев, Б. Г. О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – М.: Наука, 1997. – 380 с.

16. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л.: ЛГУ, 1968. – 338 с.

17. Андреев, А. А. Дидактические основы дистанционного обучения / А. А. Андреев. – Режим доступа: <http://www.iet.mesi.ru/br/ogl-b.htm>.

18. Андреева, А. В. Проблемы формирования информационно-образовательной среды учебного заведения / А. В. Андреева, Н. А. Максимова // Информатика и образование. – 2012. – № 8. – С. 90–91.

19. Архангельский, С. И. Учебный процесс в высшей школе, его закономерные основы и методы: учеб.-метод. пособие / С. И. Архангельский. – М.: Высш. шк., 1980. – 368 с.

20. Асмолов, А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2007. – 528 с.

21. Афанасьев, В. Г. Общество: системность, познание и управление / В. Г.

Афанасьев. – М.: Политиздат, 1981. – 432 с.

22. Аяшев, О. А. Физическая культура и становление личности / О. А. Аяшев, В. А. Пономарчук. – М.: Сфера, 1991. – 123 с.

23. Байденко, В. И. Выявление состава компетенций выпускников вузов как необходимый этап проектирования ГОС ВПО нового поколения: метод. пособие / В. И. Байденко. – М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2006. – 72 с.

24. Бальсевич, В. К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (к проблеме развития физкультурного знания) / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 7. – С. 37–41.

25. Бальсевич, В. К. Физическая культура: молодежь и современность / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 4. – С. 2–8.

26. Бальсевич, В. К. Физическая культура для всех и каждого / В. К. Бальсевич. – М.: ФиС, 1988. – 208 с.

27. Баранов, А. А. Оценка здоровья детей и подростков при профилактических медицинских осмотрах: руководство для врачей / А. А. Баранов, В. Р. Кучма, Л. М. Сухарева. – М.: Династия, 2004. – 168 с.

28. Баранов, В. А. Физическая культура: ценностно-гуманистическая основа качества жизни современного общества: автореф. дис. ... д-ра филос. наук. – М., 2010. – 44 с.

29. Барташников, А. А. Психологические особенности и формирование оперативной памяти у школьников и шахматистов: автореф. дис. ... канд. психол. наук / А. А. Барташников. – М., 1988. – 19 с.

30. Барышева, Н. В. Организационно-педагогическая система развития физической культуры личности: дис. ... д-ра пед. наук / Н. В. Барышева. – М., 1997. – 400 с.

31. Бахтин, М. М. Вопросы литературы и эстетики / М. М. Бахтин. – М.: Художественная литература, 1975. – 502 с.
32. Башарин, В. Ф. Национально-региональный компонент образовательных стандартов естественно-математических дисциплин / В. Ф. Башарин. – Казань: ИСПО РАО, 1998. – 60 с.
33. Безрукова, В. С. Основы духовной культуры: энциклопедический словарь педагога / В. С. Безрукова. – Екатеринбург, 2000. – 937 с.
34. Бекарюков, Д. Д. Врачебные осмотры учащихся в школах и их общественно-гигиеническое значение / Д. Д. Бекарюков // Вестник воспитания. – 1909. – № 4. – С. 16–18
35. Бекарюков, Д. Д. Основные начала школьной гигиены / Д. Д. Бекарюков. – М., 1906. – 511 с.
36. Белинович, В. В. Обучение в физическом воспитании / В. В. Белинович. – М.: ФиС, 1957. – 262 с.
37. Белинович, В. В. Основы методики физической культуры / В. В. Белинович. – М.: 1939. – 220 с.
38. Белкин, А. С. Основы возрастной педагогики: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А. С. Белкин. – М.: Изд. центр «Академия», 2000. – 192 с.
39. Белкин, А.С. Педагогический мониторинг образовательного процесса / А. С. Белкин, В. Д. Жаворонков, С. Н. Силина. – Шадринск: ШГПИ, 1998. – 46 с.
40. Белкин, А. С. Профессиографический мониторинг подготовки специалиста в системе высшего педагогического образования / А. С. Белкин, С. Н. Силина. – Шадринск: ШГПИ, 1999. – 66 с.
41. Белогуров, А. Ю. Становление и развитие этнорегиональных образовательных систем в России на рубеже XX–XXI вв.: дис. ... д-ра пед. наук / А. Ю. Белогуров. – Пятигорск, 2003. – 457 с.

42. Бердников, И. Г. Массовая физическая культура в вузе: учеб. пособие / И. Г. Бердников, А. В. Маглеваний, В. Н. Максимова; под ред. В. А. Маслякова, В. С. Матяжова. – М.: Высш. шк., 1991. – 240 с.
43. Бернштейн, Н. А. Очерки о физиологии движений и физиологии активности / Н. А. Бернштейн. – М.: Медицина, 1966. – 349 с.
44. Беспалько, В. П. Компьютеры и киберпедагогика. Прошлое и будущее, без настоящего / В. П. Беспалько // Народное образование. – 2012. – № 10. – С. 223–230.
45. Беспалько, В. П. Основы теории педагогических систем / В. П. Беспалько. – Воронеж: Изд-во Воронежского ун-та, 1977. – 304 с.
46. Беспалько, В. П. Слагаемые педагогической технологии / В. П. Беспалько. – М.: Педагогика, 1989. – 188 с.
47. Библер, В. С. Нравственность. Культура. Современность / В. С. Библер. – М.: Знание, 1990. – 62 с.
48. Бобыкина, И. А. Концепция формирования культуры лингвосообразования при обучении иностранному языку в высшей школе: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / И. А. Бобыкина. – Нижний Новгород, 2012. – 39 с.
49. Богатырев, А. И. Теоретические основы педагогического моделирования: сущность и эффективность / А. И. Богатырев, И. М. Устинова. – Режим доступа: [http://www.rusnauka.com/SND/Pedagogica/2_bogatyrev% 20a.i..doc.htm](http://www.rusnauka.com/SND/Pedagogica/2_bogatyrev%20a.i..doc.htm).
50. Бодалев, А. А. Личность и общение / А. А. Бодалев. – М.: Педагогика, 1983. – 272 с.
51. Бодалев, А. А. Психология общения / А. А. Бодалев. – Воронеж: НПО «МО-ДЭК», 2002. – 319 с.
52. Бойко, А. Ф. Все не так просто / А. Ф. Бойко // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 9. – С. 3–9.

53. Бондаревская, Е. В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания: учеб. пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений, слушателей ИПК и ФПК / Е. В. Бондаревская, С. В. Кульневич. – Ростов н/Д: Учитель, 1999. – 560 с.

54. Бондаревская, Е. В. Теория и практика личностно-ориентированного образования / Е. В. Бондаревская. – Ростов н/Д: Изд-во Ростов. ун-та, 2000. – 352 с.

55. Борденюк, О. В. Психологические факторы профессионального самосовершенствования будущих учителей / О. В. Борденюк. – Киев, 1983. – 153 с.

56. Брызгалов, И. В. Педагогическая система формирования базовой экономической культуры личности: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / И. В. Брызгалов. – Майкоп, 2010. – 58 с.

57. Брыскина, О. Ф. Конструирование урока с использованием средств информационных технологий и образовательных электронных ресурсов / О. Ф. Брыскина // Информатика и образование. – 2004. – № 5. – С. 34–38.

58. Бутовский, А. Д. Наставление для производства гимнастики в гражданских учебных заведениях. Вольные движения / А. Д. Бутовский. – Пг.: Типография М. М. Стасюлевича, 1890. – 75 с.

59. Бутовский, А. Д. Образовательные свойства телесного упражнения / А. Д. Бутовский. – Пг.: Типография М. М. Стасюлевича, 1914. – 47 с.

60. Бутовский, А. Д. Упражнения и занятия, имеющие отношение к ФВ в наших кадетских корпусах / А. Д. Бутовский. – Пг.: Типография главного управления уделов, 1899. – 88 с.

61. Быстрицкая, Е. В. Система организации самостоятельной учебной деятельности студентов и ее моделирование по психолого-педагогическим дисциплинам подготовки педагога по физической культуре: автореф. дис. ... д-ра

пед. наук / Е. В. Быстрицкая. – М., 2013. – 46 с.

62. Быховская, И. М. Человеческая телесность в социокультурном измерении: традиции и современность: монография / И. М. Быховская. – М.: ГЦОЛИФК, 1993. – 179 с.

63. Быховская, И. М. Номo somatikos: аксиология человеческого тела / И. М. Быховская. – М.: Эдиториал УРСС, 2000. – 206 с.

64. Васильева, Г. Н. История и перспективы развития национального образования в Удмуртской Республике: дис. ... канд. пед. наук / Г. Н. Васильева. – Ижевск, 2006. – 187 с.

65. Васильева, Г. Н. Национально-региональный компонент в стандарте образования Удмуртской Республики: опыт и проблемы. – Режим доступа: <http://www.emissia.org/offline/2006/1082.htm>.

66. Васюкова, Е. Е. Развитие познавательной потребности и креативности мышления шахматиста / Е. Е. Васюкова // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 1. – С. 91–101.

67. Вахтеров, В. П. О новой педагогике: избранное / В. П. Вахтеров. – М.: Карпуз, 2008. – 224 с.

68. Вербицкий, А. А. Контекстное обучение: формирование мотиваций / А. А. Вербицкий, В. А. Крутиков // Высшее образование в России. – 1998. – № 1. – С. 101 – 107.

69. Вержбицкий, В. В. Потребности населения России в дистанционных образовательных услугах / В. В. Вержбицкий. – Режим доступа: http://ifets.ieee.org/russian/depository/v14_i1/html/1.htm.

70. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю. В. Верхошанский. – М.: ФиС, 1970. – 264 с.

71. Визитей, Н. Н. Образ жизни, спорт, личность / Н. Н. Визитей. – Кишинев: Штиница, 1980. – 159 с.

72. Визитей, Н. Н. Физическая культура личности (проблемы человеческой телесности: методологические, социально-философские, педагогические аспекты) / Н. Н. Визитей. – Кишинев: Штиница, 1989. – 110 с.

73. Викулина, М. А. Педагогическое моделирование как продуктивный метод организации и исследования процесса дистанционного образования в вузе / М. А. Викулина, В. В. Половникова // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 3. – С. 109–112.

74. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – 3-е изд., стереотип. – М.: КНОРУС, 2013. – 240 с.

75. Виленский, М. Я. Методологические основы и коцептуальные предпосылки процесса формирования физической культуры личности / М. Я. Виленский, В. А. Петьков. – М.: РАЕН., 2002. – 56 с.

76. Виленский, М. Я. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей: учеб. пособие для студентов пед. спец. вузов / М. Я. Виленский. – М.: Высш. шк., 1989. – 159 с.

77. Виленский, М. Я. Физическая культура в гуманитарном образовательном пространстве вуза / М. Я. Виленский // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 27–32.

78. Виленский, М. Я. Формирование физической культуры личности учителя в процессе его профессиональной подготовки: дис. ... д-ра пед. наук / М. Я. Виленский. – М., 1990. – 84 с.

79. Виноградов, П. А. Основы физической культуры и здорового образа жизни: учеб. пособие для учеб. заведений / П. А. Виноградов, А. П. Душанин, В. И. Жолдак. – М.: Сов. спорт, 1996. – 588 с.

80. Владыкин, В. Е. Этнография удмуртов: монография / В. Е. Владыкин, Л. С. Христюбова. – Ижевск, 1991. – 159 с.

81. Власенко, В. А. Принципы организации информационной среды учебного проекта по информатике / В. А. Власенко // Информатика и образование. – 2013. – № 4. – С. 47–51.

82. Воинова, О. И. Киберонтологический подход в образовании: монография / О. И. Воинова, В. А. Плешаков. – Норильск: НИИ, 2012. – 244 с.

83. Волков, В. Ю. Физическая культура / В. Ю. Волков, В. И. Загоруйко; под общ. ред. В. Ю. Волкова, В. И. Загоруйко. – СПб.: Нестер, 1999. – 160 с.

84. Волков, Г. Н. Этнопедагогика: учеб. для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений / Г. Н. Волков. – М.: Изд. центр «Академия», 1999. – 168 с.

85. Волкова, И. В. Педагогические основы развития физкультурно-спортивного движения в России (середина XIX – начало XXI в.): автореф. дис. ... д-ра пед. наук / И. В. Волкова. – Н. Новгород, 2011. – 62 с.

86. Воронов, В. В. Педагогика школы в двух словах: конспект-пособие для студентов-педагогов и учителей / В. В. Воронов. – М.: Российское педагогическое агентство, 1997. – 146 с.

87. Всероссийский физкультурно – спортивный комплекс. Режим доступа: <http://fizvosp.ru>

88. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский; под ред. В. В. Давыдова. – М.: Педагогика-Пресс, 1996. – 536 с.

89. Выдрин, В. М. Системный подход в исследовании физической культуры / В. М. Выдрин, Г. А. Решетнева // Теория и практика физической культуры. – 1978. – № 3. – С. 5–7.

90. Выдрин, В. М. Советская физическая культура как феномен культурной революции в СССР: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. М. Выдрин. – М., 1980. – 41 с.

91. Выдрин, В. М. Физическая культура студентов вузов: учеб. пособие для студентов и преподавателей каф. физ. воспитания гуманит. и техн. вузов РСФСР /

В. М. Выдрин; под ред. В. И. Жолдака. – Воронеж: Изд-во Воронеж. ун-та, 1991. – 127 с.

92. Выдрин, В. М. Физическая культура и ее теория / В. М. Выдрин // Теория и практика физической культуры. – 1986. – № 5. – С. 24–27.

93. Выжлецов, Г. П. Аксиология культуры / Г. П. Выжлецов. – СПб.: Изд-во Санкт-Петербург. гос. ун-та, 1996. – 152 с.

94. Высшее профессиональное образование (бакалавриат): официальный сайт Мин-ва образования и науки РФ. – Режим доступа: www.mon.gov.ru/dok/fgos/7198/.

95. Гагин, Ю. А. Становление и реализация индивидуальности субъектов педагогического процесса в образовании и спорте: дис. ... д-ра пед. наук / Ю. А. Гагин. – СПб., 1996. – 430 с.

96. Гагман, Н. Ф. Гимнастика как способ, содействующий физическому воспитанию человеческого организма / Н. Ф. Гагман. – М.: Типография Э. Лисснера и Ю. Романа, 1892. – 27 с.

97. Гайфуллин, В. Г. Национально-региональный компонент стандарта образования: татарстанский вариант / В. Г. Гайфуллин. – Киев: Изд-во ТГГИ, 1999. – 118 с.

98. Галкин, Ю. П. Проблемы физической рекреации неспециального физкультурного образования работников промышленного производства: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Ю. П. Галкин. – СПб., 1997. – 32 с.

99. Гальперин, П. Я. Введение в психологию / П. Я. Гальперин. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 150 с.

100. Гафиятуллина, Л. А. Этнокультурные традиции в повседневной культуре: на примере казанских татар: дис. ... канд. филос. наук / Л. А. Гафиятуллина. – Казань, 2005. – 147 с.

101. Гаязов, А. С. Формирование гражданина: теория, практика, проблемы /

А. С. Гаязов. – Челябинск: ЧТУ, 1995. – 155 с.

102. Гершунский, Б. С. Философия образования для 21 века. В поисках практико-ориентированных образовательных концепций / Б. С. Гершунский. – М.: Изд-во «Совершенство», 1998. – 608 с.

103. Гижицкий, Е. С шахматами через века и страны / Е. Гижицкий; пер. с пол. Е. Гижицкий, предисл. Д. Бронштейна. – 5-е изд. – Варшава: Sport i turystyka, 1970. – 359 с.

104. Гизатуллина, Н. М. Традиции татарской народной педагогики как средство формирования национального самосознания у учащихся-подростков: дис. ... канд. пед. наук / Н. М. Гизатуллина. – Казань, 1999. – 236 с.

105. Глотов, Н. К. Гармоническое развитие личности и физическое совершенство / Н. К. Глотов // Проблемы коммунистического воспитания: сб. науч. тр. – Воронеж: 1966. – Вып. 2. – С. 79–88.

106. Гнатко, Н. М. Преобразование потенциальной креативности в актуальную в ходе овладения шахматной игрой: дис. ... канд. психол. наук / Н. М. Гнатко. – М., 1993. – 255 с.

107. Годник, С. С. Становление профессиональной компетентности учителя / С. С. Годник. – Воронеж: Воронеж. гос. ун-т, 2004. – 345 с.

108. Голицын, А. М. Использование интерактивных карт в процессе обучения / А. М. Голицын, Ю. В. Каркурчи // ИКТ в образовании. – 2009. – № 5. – Режим доступа: edu-media.igrade.ru/about/publication/publication55/print/.

109. Голицына, И. Н. Мобильное обучение как новая технология в образовании / И. Н. Голицына. – Режим доступа: http://ifets.ieee.org/russian/depositary/v14_i1/html/1.htm.

110. Гончаров, В. И. Очерки по шахматной педагогике / В. И. Гончаров. – Н. Челны, 2002. – 188 с.

111. Гориневский, В. В. Физические упражнения, соответствующие данному

возрасту / В. В. Гориневский. – Пг.: Товарищество Р. Голике и А. Вильборг, 1916. – 14 с.

112. Гориневский, В. В. Физическое образование / В. В. Гориневский. – Пг.: типография «Родник», 1913. – 312 с.

113. Готалов-Готлиб, А. Г. Физическое воспитание в средней школе по сокольской системе / А. Г. Готалов-Готлиб. – Кишинев: Тип. Бессарабск. губерн. правл., 1909. – 27 с.

114. Границкая, А. С. Научить думать и действовать: адаптивная система обучения в школе: кн. для учителя / А. С. Границкая. – М.: Просвещение, 1991. – 174 с.

115. Григорьев, А. Н. Формирование информационной культуры специалиста в системе непрерывной профессиональной подготовки кадров МВД России: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А. Н. Григорьев. – М., 2010. – 45 с.

116. Гришкина, М. В. Удмурты / М. В. Гришкина. – Ижевск: Удмуртия, 1994. – 166 с.

117. Груздева, М. Л. Методическая система формирования информационной культуры студентов вуза экономического профиля: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / М. Л. Груздева. – Шуя, 2011. – 49 с.

118. Гурвич, С. С. По поводу некоторых философских вопросов теории физического воспитания / С. С. Гурвич // Теория и практика физической культуры. – 1971. – № 11. – С. 68–70.

119. Г. Р. Хроника: циркуляр о введении гимнастики в мужских и женских школ министерства народного просвещения // Вестник воспитания. – 1910. – № 5. – С. 104–108. – (Прим. – авт. Г. Роков).

120. Данильчук, В. И. Гуманитаризация физического образования в средней школе (личностно-гуманитарная парадигма) / В. И. Данильчук. – Волгоград: Перемена, 1996. – 184 с.

121. Даринский, А. В. Региональный компонент содержания образования / А. В. Даринский // Педагогика, 1996. – № 1. – С. 18–20.
122. Дементьев, Е. М. Развитие мышечной силы человека в связи с общим его физическим развитием: дис. ... д-ра мед. наук / Е. М. Дементьев. – М., 1889. – 185 с.
123. Демин, А. М. Национально-региональный компонент содержания поликультурного образования / А. М. Демин. – Режим доступа: <http://izvestia.asu.ru/2007/2/peda/TheNewsOfASU-2007-2-peda-01.pdf>.
124. Деркач, А. А. Акмеологические резервы развития творческого потенциала личности / А. А. Деркач. – М.: Изд-во РАГС, 2001. – 538 с.
125. Деркач, А. А. Психология управления в особых видах деятельности / А. А. Деркач, С. Л. Кандыбович. – М., 1998. – 240 с.
126. Дистанционные образовательные технологии в учебном процессе: сб. тезисов и докладов / под ред. Н. Н. Таушканова. – Новосибирск: СибАГС, 2006. – 200 с.
127. Дифференциация и индивидуализация процесса обучения. – Режим доступа: <http://i-educator.ru/vopros43>.
128. Дмитриев, С. В. Закономерности формирования и совершенствования систем движений спортсменов в контексте проблем теории решения двигательных задач: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / С. В. Дмитриев. – М., 1991. – 34 с.
129. Дмитриев, С. В. Теоретико-методологический анализ информационного моделирования двигательных задач / С. В. Дмитриев // Теория и практика физической культуры. – 1985. – № 7. – С. 9–10.
130. Должиков, И. И. Экзамены сдают москвичи / И. И. Должиков // ФК в школе. – 1997. – № 1. – С. 21–36.
131. Долинина, И. Г. Формирование политической культуры учащихся: концептуальные основы: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / И. Г. Долинина. – М.,

2009. – 51 с.

132. Донской, Д. Д. Развитие идей П. Ф. Лесгафта о физическом упражнении как двигательном действии / Д. Д. Донской // Физическая культура, спорт и здоровье нации: материалы Междунар. конгресса (12–15 июня 1996). – СПб., 1996. – С. 128.

133. Дьяченко, М. И. Психология высшей школы: учеб. пособие для вузов / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. – Минск: Изд-во БГУ, 1981. – 383 с.

134. Дьячков, В. М. Вопросы управления процессом совершенствования технического мастерства спортсменов / В. М. Дьячков. – М.: ФиС, 1972. – 232 с.

135. Дзюэль, А. Е. Шахматный урок в школе / А. Е. Дзюэль // Шахматы в СССР. – 1966. – № 5. – С. 2.

136. Дюперрон, Г. А. Краткий курс истории физических упражнений: читан в ленинградской школе физического образования комсостава Красной Армии и Флота / Г. А. Дюперрон. – Л.: Изд-во Ленинград. шк. физ. образ. комсост., 1924. – 66 с.

137. Евгеньева, А. П. Словарь русского языка: ВИ-Х./ РАН, ин-т лингвистических исследований / А. П. Евгеньева; под ред. А. П. Евгеньевой. – 4-е изд., стереотип. – М.: Рус. яз., Полиграфресуры, 1999. – 566 с.

138. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений по спец. 022500 / С. П. Евсеев. – М.: Сов. спорт, 2000. – 239 с.

139. Евсеев, С. П. Физическая культура в системы высшего образования: реалии и перспективы: монография / С. П. Евсеев. – СПб.: Санкт-Петербург. АФК им. П. Ф. Лесгафта, 1996. – 144 с.

140. Евсеев, Ю. И. Педагогическое проектирование целенаправленного физического воспитания в высшем профессиональном образовании студентов: на примере подготовки специалистов, контактирующих с риск-геофакторами: дис. ...

д-ра пед. наук / Ю. И. Евсеев. – Ростов на/Д, 2005. – 515 с.

141. Евсеев, Ю. И. Физическая культура / Ю. И. Евсеев. – Ростов на/Д: Феникс, 2005. – 382 с.

142. Елагина, Л. В. Формирование культуры профессиональной деятельности будущего специалиста на основе компетентностного подхода (методология, теория, практика): автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Л. В. Елагина. – Челябинск, 2009. – 59 с.

143. Еремкина, О. В. Формирование психолого-педагогической диагностической культуры учителя в системе непрерывного педагогического образования: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / О. В. Еремкина. – Рязань, 2008. – 44 с.

144. Ешич, М. Б. Культура в системе общества / М. Б. Ешич // Культура в общественной системе социализма. – М.: Наука, 1984. – С. 8–54.

145. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. – М.: Изд. центр «Академия», 2002. – 264 с.

146. Железняк, Ю. Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 033100 – Физическая культура / Ю. Д. Железняк, В. М. Минбулатов. – 3-е изд., стереотип. – М.: Academia, 2008. – 269 с.

147. Жолдак, В. И. Социология физической культуры и спорта: учеб. пособие / В. И. Жолдак, Н. В. Коротаева. – М.: МОГИФК. – 1994. – 296 с.

148. Жужжалов, В. Е. Совершенствование содержания обучения программированию на основе интеграции парадигм программирования: дис. ... д-ра пед. наук / В. Е. Жужжалов. – М., 2004. – 274 с.

149. Зайцева, В. В. Методология индивидуального подхода в оздоровительной физической культуре на основе современных информационных технологий: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. В. Зайцева. – М., 1995. – 47 с.

150. Зайченко, О. М. Дистанционное обучение детей – новое явление образовательной практики / О. М. Зайченко, В. Н. Аверкин, К. В. Афанасьев // Народное образование. – 2013. – № 1. – 162–171.

151. Закиров, Р. З. Формирование этнической и культурной идентичности татар в XX веке: дис. ... д-ра ист. наук / Р. З. Закиров. – Казань, 2007. – 544 с.

152. Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Федеральный закон № 30-ФЗ от 29 апреля 1999 г. // ФК в школе. – 1999. – № 5. – С. 59

153. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена / В. М. Зациорский. – М.: ФиС, 1970. – 200 с.

154. Зеер, Э. Ф. Личностно-ориентированное профессиональное образование / Э. Ф. Зеер. – Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. проф. пед. ун-та, 1998. – 126 с.

155. Зеер, Э. Ф. Личностно-ориентированные технологии профессионального развития специалиста: науч.-метод. пособие / Э. Ф. Зеер, О. Н. Шахматова. – Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. проф. пед. ун-та, 1999. – 245 с.

156. Зикмунд, А. А. Советская физкультура. Цель, средства, методика / А. А. Зикмунд. – М.: Новая Москва, 1924. – 48 с.

157. Зимкин, Н. В. Физиологическая характеристика силы, быстроты и выносливости / Н. В. Зимкин. – М.: ФиС, 1956. – 123 с.

158. Зимняя, И. А. Воспитание – проблема современного образования в России (состояние, пути решения) / И. А. Зимняя, Б. Н. Боденко, Н. А. Морозова. – М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 1999. – 82 с.

159. Зимняя, И. А. Педагогическая психология / И. А. Зимняя. – Ростов н/Д: Феникс, 1997. – 477 с.
160. Зубрилин, А. А. Дидактические принципы использования занимательности в обучении / А. А. Зубрилин // Информатика и образование. – 2012. – № 10. – С. 76–78.
161. Ибрагимов, И. М. Информационные технологии и средства дистанционного обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И. М. Ибрагимов; под ред. А. Н. Ковшова. – М.: Изд. центр «Академия», 2005. – 336 с.
162. Иванников, А. Д. Получение знаний для формирования информационных образовательных ресурсов: монография / А. Д. Иванников, В. П. Кулагин, В. А. Мордвинов и др. – М.: Информика, 2008. – 440 с.
163. Иванов, П. И. Теоретические основания телесных упражнений / П. И. Иванов. – Пг.: Типография М. М. Стасюлевича, 1891. – 195 с.
164. Иванова, Е. О. Теория обучения в информационном обществе / Е. О. Иванова, И. М. Осмоловская. – М.: Просвещение, 2011. – 190 с.
165. Ивонин, В. А. Спутник физкультурного работника / В. А. Ивонин; под общ. ред. В. А. Иволина. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 352 с.
166. Ившина, М. В. Локализация региональных процессов развития в общероссийском и мировом культурно-историческом пространстве / М. В. Ившина // Национально-региональный компонент в образовании: совещание учителей г. Глазова. – 2003. – С. 10–13.
167. Игнатъев, В. Е. Основы физической культуры / В. Е. Игнатъев. – М.: Работник просвещения, 1925. – 35 с.
168. Игнатъев, В. Е. Физическое воспитание. Гимнастика, спорт, подвижные игры / В. Е. Игнатъев. – М.: Польза, 1912. – 280 с.
169. Ильин, Е. П. Психофизиология физического воспитания (факторы,

влияющие на эффективность спортивной деятельности) / Е. П. Ильин. – М.: Просвещение, 1983. – 223 с.

170. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – 2-е изд. – М.; СПб.: Питер, 2008. – 782 с.

171. Ильнич, В. И. Физическая культура студента: учебник / В. И. Ильнич; под. ред. В. И. Ильнича. – М: Гардарики, 2003. – 448 с.

172. Илюшин, Л. С. Разработка урока с использованием «Конструктора задач» / Л. С. Илюшин // Народное образование. – 2013. – № 2. – С. 159–168.

173. Интернет в гуманитарном образовании: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Е. С. Полат. – М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2001. – 272 с.

174. История физической культуры и спорта Удмуртии в документах и материалах. Вторая половина XX века. Т. I. Вторая половина 40-х – 60-е годы: науч.-метод. пособие. – Ижевск: Изд. дом «Удмуртский университет», 2006. – Ч. 1. – 466 с.

175. Каган, М. С. Системный подход и гуманитарное знание / М. С. Каган. – Л., 1991. – 383 с.

176. Каган, М. С. Философия культуры / М. С. Каган. – СПб.: Петрополис, 1996. – 416 с.

177. Каган, М. С. Человеческая деятельность (опыт системного анализа) / М. С. Каган. – М.: Изд-во полит. лит., 1974. – 328 с.

178. Казаринов, А. С. Региональная адаптация образовательного стандарта / А. С. Казаринов. – Глазов: Глазов. гос. пед. ин-т, 2003. – 144 с.

179. Каиров, И. А. Педагогическая энциклопедия / И. А. Каиров, Ф. Н. Петров. – М.: Советская энциклопедия, 1966. – С. 486–505.

180. Камалов, Р. Р. Информационно-педагогический ресурс как объект современной педагогики / Р. Р. Камалов. – Глазов: Глазов. гос. пед. ин-т, 2010. – 196 с.

181. Камалов, Р. Р. Информационный ресурс в контексте информационно-аналитической деятельности / Р. Р. Камалов. – Глазов: Глазов. гос. пед. ин-т, 2006. – 104 с.

182. Камалов, Р. Р. Компьютерные игры как элемент школьного курса информатики / Р. Р. Камалов // Информатика и образование. – 2004. – № 5 – С. 76–78.

183. Камалов, Р. Р. Методология разработки и внедрения информационного педагогического ресурса в деятельность муниципальной системы образования / Р. Р. Камалов. – Глазов: Изд-во ГГПИ, 2007. – 124 с.

184. Касаткина, Е. А. Основные этапы организации самостоятельной работы студентов в условиях компетентностного подхода / Е. А. Касаткина, Г. Н. Ахметзянова, В. П. Барабанов // Вестник Казанского технологического университета. – 2012. – № 4. – С. 217–220.

185. Касимова, А. М. Развитие образования в Удмуртии на современном этапе / А. М. Касимова. – Глазов: Глазов. гос. пед. ин-т, 2002. – 30 с.

186. Каптерев, П. Ф. Избранные педагогические сочинения / П. Ф. Каптерев; под ред. А. М. Арсеньева. – М.: Педагогика, 1982. – 704 с.

187. Каптерев, П. Ф. Педагогический процесс / П. Ф. Каптерев. – СПб., 1905. – 44 с.

188. Карпов, В. Ю. Управление воспитанием студентов с использованием средств физической культуры и спорта: дис. ... д-ра пед. наук / В. Ю. Карпов. – Самара, 2005. – 427 с.

189. Кардялис, К. К. Педагогические основы информационного воздействия на отношение школьников к физкультурно-спортивной деятельности: дис. ... д-ра

пед. наук / К. К. Кардялис. – Каунас, 1990. – 545 с.

190. Каюров, В. С. Книга учителя физической культуры / В. С. Каюров, И. П. Савинков. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 333 с.

191. Кедров, Б. М. Классификация наук: в 3 т. / Б. М. Кедров. – М.: Изд-во АН СССР, 1961. – 472 с.

192. Кинелев, В. Г. Дистанционное образование – образование XXI в. / В. Г. Кинелев // *Alma mater*. – 1999. – № 5. – С. 4.

193. Кинелев, В. Г. Образование и XXI век. Информационные и коммуникационные технологии / В. Г. Кинелев; отв. ред. В. Г. Кинелев. – М.: Наука, 1999. – 191 с.

194. Китаев, П. М. Культура: человеческое измерение / П. М. Китаев. – СПб.: Изд-во Санкт-Петербург. ун-та, 1997. – 136 с.

195. Киян, И. В. Дидектические компоненты системы дистанционного обучения / И. В. Киян // *Информатика и образование*. – 2012. – № 1. – С. 61–62.

196. Князева, В. В. Структура и содержание учебного предмета шахматы в системе общеобразовательной школы России: дис. ... д-ра пед. наук / В. В. Князева. – М., 2000. – 410 с.

197. Кобяков, Ю. П. Проектирование и реализация здоровьеразвивающей технологии физического воспитания студентов вузов: дис. ... д-ра пед. наук / Ю. П. Кобяков. – М., 2006. – 350 с.

198. Коджаспиров, А. Ю. Педагогический словарь / А. Ю. Коджаспиров, Г. М. Коджаспирова. – М.: Академия, 2000. – 175 с.

199. Кожемякина, В. А. Словарь социолингвистических терминов / В. А. Кожемякина. – М.: Научно-исследовательский центр по национально-языковым отношениям, 2006. – 312 с.

200. Ковалев, А. Г. Психология личности / А. Г. Ковалев. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1969. – 391 с.

201. Ковалева, Н. А. Казуальные компьютерные игры как средство формирования экономических знаний учащихся сельских школ / Н. А. Ковалева // Педагогическая информатика. – 2009. – № 4. – С. 14–19.

202. Колин, К. К. Информационный подход в методологии познания / К. К. Колин. – Режим доступа: philosophy.ru/scm/TEZ/25.doc.

203. Комелина, Е. В. Система обучения педагогов в области информатики на основе использования и развития модели информационно-образовательной среды школы / Е. В. Комелина // Информатика и образование. – 2013. – № 4. – С. 15–21.

204. Компьютеризованная искусственная управляющая предметная среда для сопряженного и взаимозависимого развития физических и интеллектуальных способностей человека / Ю. Т. Черкесов, В. В. Афанасенко и др. – Нальчик, 2002. – 62 с.

205. Конаржевский, Ю. А. Педагогический анализ учебно-воспитательного процесса управления школой / Ю. А. Конаржевский. – М.: Педагогика, 1986. – 143 с.

206. Кондаков, М. И. Энциклопедический словарь юного спортсмена / М. И. Кондаков, В. А. Ивонин. – М.: Педагогика, 1979. – 410 с.

207. Кондратьева, М. А. Аксиологические приоритеты развития отечественной гимназии / М. А. Кондратьева. – Ижевск: Изд. дом «Удмуртский университет», 1999. – 100 с.

208. Кондратьева, М. А. Отечественная гимназия: исторический опыт и современные проблемы: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / М. А. Кондратьева. – Глазов, 2002. – 156 с.

209. Коновалов, И. Е. Структура и программно-содержательное обеспечение системы современного физического воспитания студентов музыкальных средних специальных учебных заведений: автореф. дис. ... д-ра пед.

наук / И. Е. Коновалов. – Н. Челны, 2012. – 42 с.

210. Кормишкин, А. М. Шахматы для всех / А. М. Кормишкин. – М.: Триумфальная арка, 1997. – 278 с.

211. Коробейников, Н. К. Физическое воспитание: учеб. пособие для сред. спец. учеб. заведений / Н. К. Коробейников, А. А. Михеев, И. Г. Николенко. – М.: Высш. шк., 1984. – 336 с.

212. Костров, В. В. 1 000 шахматных задач: решебник / В. В. Костров, П. П. Рожков. – СПб.: Литера, 2003. – 127 с.

213. Котельникова, В. М. Творческая деятельность как основание гармонического развития личности: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В. М. Котельникова. – Казань, 1988. – 22 с.

214. Крадман, Д. А. Из истории физического воспитания учащихся в дореволюционной России / Д. А. Крадман // Теория и практика физической культуры. – 1945. – № 6. – С. 63.

215. Крадман, Д. А. Физическая культура как часть культурно-просветительной работы / Д. А. Крадман. – Л.: Изд-во кн. сектора ЛенГубО-НО, 1924. – 43 с.

216. Крадман, Д. А. Деятельность П. Ф. Лесгафта и его теория физического воспитания / Д. А. Крадман, Г. Д. Харабуга. – М.: ФиС, 1956. – С. 56–65.

217. Краевский, В. В. Методология педагогического исследования: пособие для педагога-исследователя / В. В. Краевский. – Самара: СГПИ, 1998. – 168 с.

218. Краевский, В. В. Моделирование в педагогическом процессе: введение в научное исследование по педагогике / В. В. Краевский. – М.: Просвещение, 1988. – 120 с.

219. Крайник, В. Л. Формирование культуры учебной деятельности будущего педагога: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. Л. Крайник. – Барнаул, 2008. – 42 с.

220. Красильников, Н. В. Оценка деятельности старшеклассников на уроке / Н. В. Красильников // Физическая культура в школе. – 2003. – № 5. – С. 22–23.
221. Крестовников, А. Н. Очерки по физиологии физических упражнений / А. Н. Крестовников. – М.: ФиС, 1951. – 532 с.
222. Крестовников, А. Н. Физиология спорта / А. Н. Крестовников. – М.: ФиС, 1939. – 410 с.
223. Крогиус, Н. В. Психологическая подготовка шахматиста / Н. В. Крогиус. – М.: Изд-во «Московский университет», 1979. – 134 с.
224. Круглов, Ю. Г. Креативная педагогика: методология, теория, практика / Ю. Г. Круглов, В. В. Попов. – М.: Бином, 2012. – 319 с.
225. Круглова, Л. К. Основы культурологии / Л. К. Круглова. – СПб.: СПГУВК, 1995. – 393 с.
226. Кряквана, Т. Ф. Проблемы взаимосвязи национальных культур и образования (философско-социологический аспект): автореф. дис. ... д-ра филос. наук / Т. Ф. Кряквана. – Омск, 1995. – 37 с.
227. Кувшинов, С. В. Homo Sapiens vs Homo Digital / С. В. Кувшинов // Народное образование. – 2013. – № 8. – С. 132–136.
228. Кузин, В. В. Очерки теории и истории интегративной антропологии / В. В. Кузин, Б. А. Никитюк. – М.: Фон, 1995. – 174 с.
229. Кузнецов, А. А. Основы общей теории и методики обучения информатике / А. А. Кузнецов. – М.: Бином, 2010. – 207 с.
230. Кузьмак, Б. С. Социально-экономические проблемы физической культуры и спорта / Б. С. Кузьмак, А. А. Осинцев. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ФиС, 1981. – 280 с.
231. Кузьмина, Н. В. Методы исследования педагогической деятельности / Н. В. Кузьмина. – Л.: ЛГУ, 1970. – 114 с.

232. Куклев, В. А. Методология мобильного обучения: монография / В. А. Куклев. – Ульяновск: УлГТУ, 2006. – 254 с.
233. Куклев, В. А. Становление системы мобильного обучения в открытом дистанционном образовании: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. А. Куклев. – Ульяновск, 2010. – 46 с.
234. Куклев, В. А. Электронное обучение с помощью мобильных устройств в любое время и в любом месте: монография / В. А. Куклев. – Ульяновск: УлГТУ, 2009. – 356 с.
235. Куликов, К. И. Национально-государственное строительство восточно-финских народов в 1917–1937 годах: монография / К. И. Куликов. – Ижевск: УИИЯЛ УрО РАН, 1993. – 280 с.
236. Кульневич, С. В. Педагогика личности: от концепций до технологий: учеб.-практ. пособие / С. В. Кульневич. – Ростов н/Д: Учитель, 2001. – 159 с.
237. Кукушкин, Г. И. Роль физического воспитания в развитии личности советского спортсмена: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Г. И. Кукушкин. – М., 1950. – 23 с.
238. Кукушкин, Г. И. Теория физического воспитания / Г. И. Кукушкин, П. И. Жуков, И. М. Коряковский. – Л.: Типография «Печатный двор», 1953. – 422 с.
239. Кун, Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Л. Кун; под общ. ред. В. В. Столбова. – М.: Радуга, 1982. – 400 с.
240. Курилович, Н. В. Формирование культуры профессионального общения будущего социального работника в вузе: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Н. В. Курилович. – Тамбов, 2012. – 46 с.
241. Курьсь, В. Н. Основы познания физического упражнения: учебное пособие / В. Н. Курьсь. – Ставрополь: Изд-во СГУ, 1998. – 130 с.
242. Лапчик, М. П. ИКТ-компетентность педагогических кадров: монография / М. П. Лапчик. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 2007. – 143 с.

243. Лапчик, М. П. Россия на пути к Smart-образованию / М. П. Лапчик // Информатика и образование. – 2013. – № 2. – С. 3–9.
244. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. – М.: Изд-во МГУ, 1981. – 584 с.
245. Лернер, И. Я. Деятельностная теория – основа создания новых технологий / И. Я. Лернер. – М.: 1990. – 92 с.
246. Лернер, И. Я. Дидактические основы методов обучения / И. Я. Лернер. – М.: Педагогика, 1981. – 185 с.
247. Лесгафт, П. Ф. Значение физического образования в семье и школе: ответ П. Ф. Каптереву / П. Ф. Лесгафт // Русская школа. – 1898. – № 9. – С. 75–81.
248. Лесгафт, П. Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста / П. Ф. Лесгафт. – СПб.: 1888. – Ч. 1. – 441 с.
249. Линдер, В. И. Шахматная энциклопедия / В. И. Линдер, И. М. Линдер. – М.: Астрель; АСТ, 2004. – 320 с.
250. Ломов, Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М.: Наука, 1984. – 449 с.
251. Ломов, Б. Ф. Проблема общения в психологии / Б. Ф. Ломов. – М.: Наука, 1981. – 280 с.
252. Лотоненко, А. В. Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре: дис. ... д-ра пед. наук / А. В. Лотоненко. – Воронеж, 1998. – 360 с.
253. Лубский, А. В. Методологические проблемы использования ИКТ в образовательном пространстве высшей школы / А. В. Лубский // Информатика и образование. – 2007. – № 6. – С. 10–14.
254. Лубышева, Л. И. Концепция формирования физической культуры человека / Л. И. Лубышева. – М.: ГЦОЛИФК, 1992. – 120 с.

255. Лубышева, Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 10–15.

256. Лубышева, Л. И. Социальное и биологическое в физической культуре в аспекте методологического анализа / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 1. – С. 5–9.

257. Лубышева, Л. И. Теоретико-методологические и организационные основы формирования физической культуры студентов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Л. И. Лубышева. – М., 1992. – 58 с.

258. Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основы знаний: учебное пособие / В. П. Лукьяненко. – Ставрополь: Изд-во СГУ, 2001. – 224 с.

259. Макаренко, А. С. Лекции о воспитании детей / А. С. Макаренко. – Минск, 1978. – 96 с.

260. Макаренко, А. С. Трудовое воспитание / А. С. Макаренко; сост. Л. Ю. Гордин. – М.: Просвещение, 1964. – 248 с.

261. Макотрова, Г. В. Разработка культуротворческих ситуаций с помощью Интернет / Г. В. Макотрова // Народное образование. – 2012. – № 7. – С. 207–214.

262. Малярчук, Н. Н. Культура здоровья педагога (личностный и профессиональный аспекты): автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Н. Н. Малярчук. – Тюмень, 2009. – 47 с.

263. Мандель, Б. Р. Информационные технологии в образовании // Народное образование / Б. Р. Мандель. – 2013. – № 8. – С. 137–144.

264. Мандриков, В. Б. Методология профилирования физического воспитания студентов в медицинских вузах: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. Б. Мандриков. – Волгоград, 2002. – 51 с.

265. Марищук, В. Л. Методики психодиагностики в спорте: учеб. пособие для студентов пединститутов / В. Л. Марищук. – М.: Просвещение, 1984. – 289 с.

266. Маркарян, Э. С. Очерки теории культуры / Э. С. Маркарян. – Ереван: Изд-во АН Арм. ССР, 1969. – 228 с.
267. Маркарян, Э. С. Теория культуры и современная наука: логико-методологический анализ / Э. С. Маркарян. – М.: Мысль, 1983. – 284 с.
268. Маркова, Н. Г. Формирование культуры межнациональных отношений студентов в поликультурном образовательном пространстве вуза: автореф. дис. ... д-ра пед. наук Н. Г. Маркова. – Казань, 2010. – 41 с.
269. Маслоу, А. Психология бытия / А. Маслоу. – М.: Рефл-бук; Киев: Ваклер, 1997. – 304 с.
270. Матвеев, А. П. Примерная программа по физической культуре для учащихся основной школы / А. П. Матвеев // ФК в школе. – 2002 – № 4. – С. 46–49.
271. Матвеев, А. П. Теоретико-методологические основы формирования учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе: дис. ... д-ра пед. наук в виде научного доклада / А. П. Матвеев. – М., 1997. – 69 с.
272. Матвеев, Л. П. Введение в теорию ФК: учеб. пособие для институтов физической культуры / Л. П. Матвеев; под ред. Л. П. Матвеева. – М.: ФиС, 1983. – 128 с.
273. Матвеев, Л. П. О формировании общих теоретико-методических основ советской системы физического воспитания и проблемах дальнейшего развития обобщающих знаний в сфере физической культуры / Л. П. Матвеев // Теория и практика физической культуры. – 1978. – № 3. – С. 65–69.
274. Матвеев, Л. П. Проблема периодизации спортивной тренировки / Л. П. Матвеев. – М.: ФиС, 1977. – 123 с.
275. Матвиевская, Е. Г. Культура оценочной деятельности педагога как социально-педагогический феномен / Е. Г. Матвиевская // Стандарты и мониторинг в образовании. – 2009. – № 2. – С. 38–42.

276. Матвиевская, Е. Г. Формирование культуры оценочной деятельности педагога в системе повышения квалификации (теория, методология, практика): автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Е. Г. Матвиевская. – Оренбург, 2009. – 49 с.
277. Мачеевич, С. С. Культура личности: методологический подход: автореф. дис. ... канд. филос. наук / С. С. Мачеевич. – М., 1991. – 24 с.
278. Медведцева, Л. Д. Образовательное пространство многоступенчатой подготовки специалиста экономического профиля / Л. Д. Медведцева // Инновации в образовании. – 2009. – № 9. – С. 36–40.
279. Медиапедагогика: рабочая программа дисциплины. – Режим доступа: <http://www.media-pedagogics.ru/programm.html>.
280. Мерлин, В. С. Психология индивидуальности / В. С. Мерлин; под ред. Е. А. Климова. – М.; Воронеж: МОДЕК, 1996. – 448 с.
281. Мескон, М. Основы менеджмента / М. Мескон, М. Альберт, Ф. Хедоури; пер. Л. И. Евенко. – М.: Дело, 1997. – 704 с.
282. Мильштейн, О. А. Социальные аспекты физического совершенства личности. – М.: ФиС, 1975. – 138 с.
283. Мильштейн, О. А. Социология физической культуры и спорта в СССР / О. А. Мильштейн. – М.: ФиС, 1974. – 247 с.
284. Мирошниченко, А. А. Компьютеризированная энциклопедия и проблемы сохранения культурного наследия региона / А. А. Мирошниченко // Российская провинция XVIII–XX веков: реалии культурной жизни: материалы III Всерос. науч. конф. – Пенза, 1996. – С. 30–36.
285. Митина, Л. М. Психология профессионального развития учителя: учеб.-метод. пособие / Л. М. Митина. – М.: Флинта; МПСИ, 1998. – 200 с.
286. Мишин, Б. И. Настольная книга учителя физкультуры / Б. И. Мишин. – М.: Астрель, 2003. – 526 с.
287. Могилев, А. В. Информатика: учеб. пособие для студ. пед. вузов / А. В.

Могилев, Н. И. Пак, Е. К. Хеннер. – М.: Академия, 2001. – 816 с.

288. Могилев, А. В. Как измерить компетенции? / А. В. Могилев, Н. М. Ткачева // Народное образование. – 2013. – № 7. – С. 168–175.

289. Молчанов, С. В. Триединство физической культуры / С. В. Молчанов. – Минск: Полымя, 1991. – 141 с.

290. Мор, Я. Г. О современной постановке школьной гимнастики и некоторых других физических упражнений / Я. Г. Мор. – Пг.: 1911. – 71 с.

291. М. М. Бахтин и проблемы методологии гуманитарного знания: сб. науч. ст. / отв. ред. В. М. Пивоев. – Петрозаводск: Изд-во ПетрГУ, 1999. – 120 с.

292. Наговицын, Р. С. Воспитание будущих педагогов как классных руководителей средствами физической культуры и спорта: учеб.-метод. пособ. для студ. / Р. С. Наговицын. – Глазов: Глазов. гос. пед. ин-т, 2011. – 112 с.

293. Наговицын, Р. С. Модернизация содержания физкультурно-оздоровительной деятельности в вузе. Инновационная система физических упражнений / Р. С. Наговицын, И. В. Ипатов // Alma Mater. – 2013. – № 3. – С. 87–92.

294. Наговицын, Р. С. Проектирование инновационной компетентностно-ориентированной учебной программы по физической культуре / Р. С. Наговицын, И. В. Ипатов // Современные проблемы науки и образования. – 2011. – № 4. – С. 46–48.

295. Наговицын, Р. С. Разработка содержания развития физкультурно-оздоровительной компетентности студентов на основе мобильного обучения / Р. С. Наговицын, Р. Р. Камалов // Качество. Инновации. Образование. – 2013. – № 5. – С. 29–34.

296. Наговицын, Р. С. Программа для организации круговых тренировок на занятиях физической культурой / Р. С. Наговицын, Р. Р. Камалов. – Патент № 2013619563, от 18.06.2013 г. Гос. реестр. – М. – 8 с.

297. Наговицын, Р. С. Модели обучения физической культуре в вузе // *Alma Mater*. – 2011. – № 7. – С. 140–143.

298. Наговицын, Р. С. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе / Р. С. Наговицын // *Фундаментальные исследования*. – 2011. – № 8. – Ч. 2. – С. 293–298.

299. Наговицын, Р. С. Развитие шахматно-шашечной игровой деятельности студентов в образовательно-воспитательном процессе вуза / Р. С. Наговицын // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. – 2011. – № 6. – С. 47.

300. Наговицын, Р. С. Становление теории и практики физической культуры как самостоятельного учебного предмета в средних общеобразовательных учебных заведениях России во второй половине XIX – начале XX в.: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Р. С. Наговицын. – Глазов, 2008. – 24 с.

301. Наговицын, Р. С. Становление теории и практики физической культуры как самостоятельного учебного предмета в средних общеобразовательных учебных заведениях России во второй половине XIX – начале XX в.: дис. ... канд. пед. наук / Р. С. Наговицын. – Глазов, 2008. – 182 с.

302. Наговицын, Р. С. Становление теории и методики физической культуры в средних учебных заведениях России на рубеже XIX–XX вв.: очерки истории отечественной педагогики: монография / Р. С. Наговицын; науч. ред. и сост. М. А. Захарищева. – Глазов: Изд-во ГИЭИ, 2008. – С. 161–175.

303. Найденов, С. К. Обучение иностранному языку и мобильная технология / С. К. Найденов // *Педагогические технологии*. – 2009. – № 5. – С. 50–54.

304. Насс, О. В. Об основных понятиях педагогической информатики / О. В. Насс // *Педагогическая информатика*. – 2007. – № 1. – С. 81–85.

305. Наталов, Г. Г. Введение в физическую культуру: учеб. пособие для вузов ФК / Г. Г. Наталов. – Краснодар: КГАФК, 1995. – 147 с.
306. Национально-региональный компонент учебного плана. – Режим доступа http://sociolinguistics_dictionary.academic.ru/457.
307. Неверкович, С. Д. Игровые методы подготовки кадров / С. Д. Неверкович. – М.: Высш. шк., 1995. – 207 с.
308. Нечаев, Н. Н. Психолого-педагогические аспекты подготовки специалистов в вузе / Н. Н. Нечаев. – М.: Изд-во МГУ, 1985. – 112 с.
309. Нигматов, З. Г. Гуманистические традиции народной педагогики и воспитательный процесс / З. Г. Нигматов; Поволжское отделение РАО. – Казань: ИССО, 1998. – 130 с.
310. Нигматов, З. Г. Принцип гуманизма и его развитие в истории советской школы (1946–1989 гг.) / З. Г. Нигматов. – Казань: НИИ проф. тех. педагогики, 1990. – 215 с.
311. Нигматов, З. Г. Социалистический гуманизм: педагогика и школа / З. Г. Нигматов. – Казань: Татарское кн. изд-во, 1988. – 271 с.
312. Никитина, А. А. Теоретические основы формирования физкультурного тезауруса у студентов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А. А. Никитина. – Калининград, 2006. – 44 с.
313. Никитюк, Б. А. Спортивная морфология на пороге 90-х: осмысливая прошлое думать о будущем / Б. А. Никитюк // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 1. – С. 9–11.
314. Никитюк, Б. А. Факторы роста и морфофункционального согревания организма / Б. А. Никитюк. – М.: Наука, 1978. – 144 с.
315. Николаев, Ю. М. Содержание и виды физкультурно-спортивной деятельности: учеб.-метод. пособие / Ю. М. Николаев. – СПб.: Олимп-СПб, 2007. – 100 с.

316. Николаев, Ю. М. Современная теория физической культуры как мировоззренчески-методологическая основа переосмысления профессионального и общего физкультурного образования / Ю. М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 2. – С. 96–102.

317. Николаев, Ю. М. Теретико-методологические основы физической культуры в преддверии XXI века: монография / Ю. М. Николаев. – СПб.: СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1998. – 217 с.

318. Николаев, Ю. М. Теоретико-методологические основы физической культуры: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Ю. М. Николаев. – СПб., 1998. – 65 с.

319. Николаев, Ю. М. Теория физической культуры: функциональный, ценностный, деятельностный, результативный аспекты: учеб. пособие / Ю. М. Николаев. – СПб.: СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2000. – 80 с.

320. Новиков, А. Д. Средства и методы физического воспитания / А. Д. Новиков. – М., 1941. – 183 с.

321. Новиков, А. Д. Физическое воспитание (к вопросу о предмете, принципах, средствах, методиках и формах организации занятий физическими упражнениями) / А. Д. Новиков. – М.: ФиС, 1949. – 135 с.

322. Новиков, А. М. Методология игровой деятельности / А. М. Новиков. – М.: Изд-во «Эгвес», 2006. – 48 с.

323. Новоселов, М. А. Перспективы технологии дистанционного обучения в вузе физической культуры / М. А. Новоселов, В. Д. Сячин // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 12. – С. 42–43.

324. Нормативное правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации: реализация стратегии развития отрасли: документы и материалы, 2008–2011 годы / Мин-во спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации // авт.-сост. Н. В. Паршикова, П. А. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2012. – 1181 с.

325. Общая и профессиональная педагогика: учебное пособие / под ред. В. Д. Симоненко. – М.: Вентана-Граф, 2005. – 368 с.

326. Об этнической психологии удмуртов: сб. ст. / сост. и отв. ред. Г. К. Шкляев. – Ижевск: Удмуртский институт истории, языка и литературы УрО РАН, 1998. – 143 с.

327. Овсянников, В. И. Дистанционное образование: теоретические проблемы и противоречия / В. И. Овсянников // Состояние и перспективы развития дистанционного обучения в системе педагогического образования: ежегодник. – 1999. – № 7. – С. 5–13.

328. Овчарова, Р. В. Практическая экспертиза профессиональной компетентности учителя / Р. В. Овчарова // Образование и наука. – 2001. – № 1. – С. 76.

329. Одинцов, И. О. Профессиональное программирование. Системный подход / И. О. Одинцов. – 2-е изд. – СПб.: БХВ-Петербург, 2004. – 624 с.

330. Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. – М.: ФиС, 1970. – 479 с.

331. Орехова, В. А. Педагогика в вопросах и ответах: учеб. пособие / В. А. Орехова. – М.: КНОРУС, 2006. – 200 с.

332. Оробинский, М. Д. Некоторые философские вопросы теории физического воспитания / М. Д. Оробинский // Теория и практика физической культуры. – 1970. – № 12. – С. 57–60.

333. Павлов, И. П. Полное собрание трудов. Общественно-научные статьи по физиологии кровообращения / И. П. Павлов. – М.; Л.: Изд-во наук СССР, 1940. – 427 с.

334. Педагогика физической культуры и спорта: учебник / под ред. С. Д. Неверковича. – М.: Физическая культура, 2006. – 527 с.

335. Педагогика физической культуры: учебник / под общ. ред. В.

И. Криличевского, А. Г. Семенова, С. Н. Бекасовой. – М.: КНОРУС, 2012. – 320 с.

336. Педагогика: учеб. пособие для студентов педагогических учебных заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко. – М.: Школа-Пресс, 1997. – 512 с.

337. Педагогика: учебник / Л. П. Крившенко и др. – М.: ТК Велби, Изд-во Проспект, 2008. – 432 с.

338. Педагогические технологии дистанционного обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. С. Полат, М. В. Моисеева, А. Е. Петрова и др. – М.: Академия, 2006. – 400 с.

339. Педагогический мониторинг образовательного процесса: материалы рос. науч.-практ. конф. / отв. ред. С. Н. Силина. – Шадринск: ШГПИ, 2000. – Ч. 2. – 164 с.

340. Педагогический процесс как система: курс лекций. – Режим доступа: http://krip.kbsu.ru/pd/did_lec_1.html.

341. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб. пособие / П. К. Петров. – М.: Изд. центр «Академия», 2008. – 288 с.

342. Петров, П. К. Система подготовки будущих специалистов физической культуры в условиях информатизации образования: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / П. К. Петров. – Ижевск, 2004. – 41 с.

343. Петросян, Т. В. Шахматные лекции / Т. В. Петросян. – М.: ФиС, 1989. – 173 с.

344. Петьков, В. А. Теоретические основы и прикладные аспекты формирования физической культуры личности в системе непрерывного образования: дис. ... д-ра пед. наук / В. А. Петьков. – Армавир, 1999. – 414 с.

345. Пирогов, Н. И. Анатомические изображения наружного вида и положения органов с полным объяснением / Н. И. Пирогов. – СПб.: М. д. при министерстве внутренних дел, 1846. – 14 с.

346. Писарев, Д. И. Полное собрание сочинений / Д. И. Писарев; под ред. Ф. Ф. Павленкова – СПб.: 1897. – 534 с.
347. Платонов, К. К. Структура и развитие личности: монография / К. К. Платонов. – М., 1986. – 255 с.
348. Плешаков, В. А. О киберсоциализации человека и необходимости разработки инновационной отрасли психолого-педагогической мысли – киберпедагогики / В. А. Плешаков // Актуальные проблемы профессионально-педагогического образования: межвуз. сб. науч. тр. – Калининград: Изд-во РГУ им. И. Канта, 2009. – Вып. 25. – С. 129–133.
349. Плешаков, В. А. Интеграция, киберсоциализация и социальное воспитание: студент и преподаватель в информационном пространстве / В. А. Плешаков // Педагогическое образование и наука. – 2010. – № 1. – С. 27–31.
350. Подвойский, Н. И. Какая физическая культура нужна пролетарскому СССР и кем она должна создаваться / Н. И. Подвойский. – 2-е изд. – М.: ВТОПАС, 1923. – 131 с.
351. Подласый, И. П. Педагогика начальной школы: учеб. пособие / И. П. Подласый. – М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2000. – 400 с.
352. Подгребельная, Н. И. Педагогические условия активизации познавательной деятельности студентов в системе дистанционного обучения: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н. И. Подгребельская. – Ставрополь, 2001. – 23 с.
353. Позднеев, Б. М. Стандартизация и сертификация – основа гарантий качества в сфере e-Learning / Б. М. Позднеев // Высшее образование в России. – 2008. – № 11. – С. 40–44.
354. Покровский Е. А. Первоначальное физическое воспитание детей / Е. А. Покровский. – М.: Типография М. Г. Волчанинова, 1888. – 265 с.
355. Покровский, Е. А. Русские детские подвижные игры / Е. А. Покровский. – М.: Изд-во журнал «Вестник воспитания, 1892. – 136 с.

356. Полат, Е. С. Теория и практика дистанционного обучения: учеб. пособие / Е. С. Полат. – М.: Академия. – 416 с.

357. Положения Министерства народного просвещения о различных типах учебных заведений за 1800–1909 годы. Научный архив Российской академии образования. Фонд 12. Опись 1. Дело 94. О преподавании гимнастических упражнений.

358. Поляков, С. Д. В поисках педагогической инноватики. – М.: МГПИ, 1993. – 130 с.

359. Пономарев, К. А. Образование в России и Удмуртии на рубеже XX–XXI вв.: итоги, проблемы, перспективы / К. А. Пономарев. – Ижевск: Удмуртия, 2001. – 253 с.

360. Пономарев, Н. А. Методологические основы наук о физической культуре / Н. А. Пономарев. – Л., 1978. – 47 с.

361. Пономарев, Н. А. Основы социологии физической культуры / Н. А. Пономарев. – Л., 1976. – 129 с.

362. Пономарев, Н. И. Социальные функции физической культуры и спорта / Н. И. Пономарев. – М.: ФиС, 1974. – 287 с.

363. Понятие мобильного обучения. – Режим доступа: <http://wiki.vspu.ru/workroom>.

364. Правительственные распоряжения по учебному ведомству: о доставлении материалов и отзывов относительно предлагаемых мероприятий для улучшения физического воспитания // Русская школа. – 1909. – № 12. – С. 3–22.

365. Приказ Минобрнауки РФ № 137 от 06. 05. 2006 «Об использовании дистанционных образовательных технологий». – Режим доступа: <http://base.garant.ru/188453/>.

366. Примерная программа дисциплины «Физическая культура»: Официальное издание. – М., 2000. – Режим доступа: http://rsmu.ru/fileadmin/rsmu/img/pf/cfc/doc/RGMU_Programma_discipliny_Fizicheskaja_Kultura.pdf.

367. Приходько, В. В. Педагогические основы физкультурного образования студентов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. В. Приходько. – М., 1992. – 48 с.

368. Пуни, А. Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте / А. Ц. Пуни. – М.: ФиС, 1969. – 88 с.

369. Пуни, А. Ц. Психология спорта: автореф. дис. ... д-ра психол. наук / А. Ц. Пуни. – Л., 1952. – 45 с.

370. Равкин, З. И. Актуальные проблемы методологии истории образования / З. И. Равкин. – М., 1994. – 128 с.

371. Равкин, З. И. Национальные ценности образования как ориентиры развития отечественной педагогической аксиологии / З. И. Равкин, В. Г. Пряникова // Национальные ценности образования и современность. – М.: ИТОП РАО, 1996. – 295 с.

372. Раевский, Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов высших учебных заведений / Р. Т. Раевский. – Омск: Наука и техника, 2010. – 380 с.

373. Ратнер, Ф. Л. Национально-региональный компонент в учебных дисциплинах высшей школы РТ как фактор национальной самобытности. – Режим доступа: <http://globkazan.narod.ru/2006/b1.htm>.

374. Рахматуллин, Р. Я. Безопасность подростков в бинарной Интернет-среде / Р. Я. Рахматуллин // Народное образование. – 2103. – № 1. – С. 237 – 244.

375. Регер, Т. В. Глобальная сеть Интернет как информационная поддержка воспитательного процесса: пособие для педагога / Т. В. Регер. – Смоленск: Изд-во СмолГУ, 2007. – 83 с.

376. Решетников, Н. В. Физическая культура: учеб. пособие для студ. сред. проф. учеб. заведений / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Изд. центр «Академия», 2000 – 152 с.
377. Роберт, И. В. Информационные и коммуникационные технологии в образовании: учеб.-метод. пособие / И. В. Роберт. – М.: Дрофа, 2008. – 313 с.
378. Роберт, И. В. Современные информационные технологии в образовании: дидактические проблемы; перспективы использования / И. В. Роберт. – М.: ИИО РАО, 2010. – 140 с.
379. Рогов, Е. И. Психология познания: учеб. пособ. / Е. И. Рогов. – М.: Владос, 2001. – 176 с.
380. Роджерс, К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Р. Роджерс. – М.: Издательская группа «Прогресс»; «Универс», 1994. – 480 с.
381. Романова, О. В. Реализация идей информационной дидактики в организации образовательной среды вуза / О. В. Романова // Инновации в образовании. – 2012. – № 12. – С. 149–166.
382. Российская гимнастика. О введении преподавания военной гимнастики в гражданских учебных заведениях. РГВИА. Опись 3. Дело 4998. Программа преподавания гимнастики.
383. Российская гимнастика. Доклад главнокомандующего В. Н. Воейкова. РГВИА. Опись 1. Дело 1. Обзор введения гимнастики в учебные заведения.
384. Рохлин, Я. Г. Теория и практика шахматного искусства / Я. Г. Рохлин. – М.; Л.: ФиС, 1949. – 264 с.
385. Рохлин, Я. Г. Юный шахматист: метод. руководство для внеклассной и внешкольной работы / Я. Г. Рохлин. – М.: ФиС, 1977. – 103 с.
386. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М.: Учпедгиз, 1946. – 704 с.

387. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии: в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Изд-во Питер, 1999. – 720 с.
388. Рубчевский, К. В. Школьная физическая культура и социализация подрастающего поколения / К. В. Рубчевский // ФК в школе. – 2003. – № 4. – С. 37–38.
389. Сальников, А. Н. Физическая культура: конспект лекций / А. Н. Сальников. – М.: Приор-издат, 2005. – 304 с.
390. Сафонова, Т. В. Концептуальная модель реализации национально-регионального компонента в образовании: автореф. дис....д-ра пед. наук / Т. В. Сафонова. – Глазов, 2006. – 44 с.
391. Сафонова, Т. В. Национально-региональный компонент в образовании: теория и практика реализации: монография / Т. В. Сафонова. – Глазов: ГГПИ, 2005. – 326 с.
392. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии: учеб. пособие / Г. К. Селевко. – М.: Народное образование, 1998. – 256 с.
393. Семенова, Т. Н. Педагогическая система сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Т. Н. Семенова. – Кемерово, 2013. – 39 с.
394. Сенатор, С. Ю. Мультикультурное воспитание как фактор гуманизации межличностных отношений в полиэтническом коллективе: пособие для учителя / С. Ю. Сенатор, М. В. Емельянова. – М.: ГИЦ «Альфа», МГОПУ, 2000. – 90 с.
395. Сенатор, С. Ю. Теория и логика педагогической деятельности: монография / С. Ю. Сенатор. – Чебоксары: ЧГПУ им. И. Я. Яковлева, 2004. – 144 с.
396. Сенатор, С. Ю. Формирование гуманных взаимоотношений в многонациональных коллективах младших школьников общеобразовательных учреждений: дис. ... д-ра пед. наук / С. Ю. Сенатор. – М., 2004. – 405 с.

397. Сенько, Ю. В. Гуманитарные основы педагогического образования: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. В. Сенько. – М.: Академия, 2000. – 240 с.
398. Сериков, В. В. Личностно-ориентированное образование: поиск новой парадигмы: монография / В. В. Сериков. – М.: Логос, 1998. – 180 с.
399. Сериков, В. В. Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем / В. В. Сериков. – М.: Логос, 1999. – 272 с.
400. Сериков, Г. Н. Образование: аспекты системного отражения / Г. Н. Сериков. – Курган: Зауралье, 1997. – 464 с.
401. Сериков, Г. Н. Самообразование: Совершенствование подготовки студентов / Г. Н. Сериков. – Иркутск: Изд-во Иркутск. ун-та, 1992. – 232 с.
402. Сергеев, Е. А. Становление и развитие профессиональной подготовки специалистов социокультурной сферы: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Е. А. Сергеев. – М., 2000. – 41 с.
403. Сеченов, И. М. Избранные произведения. Т. 1. Физиология нервной системы / И. М. Сеченов; под ред. и послесл. Х. С. Коштоянца. – М., 1956. – 538 с.
404. Силина, С. Н. Использование тестирования в оценке профессионализма будущего педагога / С. Н. Силина // Теория и практика современного образования и воспитания: материалы регион. науч.-практ. конф. – Шадринск: ШГПИ, 1999. – С. 147–151.
405. Ситникова, М. И. Формирование культуры профессионально-педагогической самореализации преподавателя высшей школы: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / М. И. Ситникова. – Белгород, 2008. – 46 с.
406. Скаткин, М. Н. Методология и методика педагогических исследований / М. Н. Скаткин. – М.: Педагогика, 1986. – 234 с.
407. Скаткин, М. Н. Проблемы современной дидактики / М. Н. Скаткин. – М.: Педагогика, 1980. – 96 с.

408. Скибицкий, Э. Г. Построение многоуровневой системы принципов педагогического процесса дистанционного обучения / Э. Г. Скибицкий // Инновации в образовании. – 2012. – № 12. – С. 74–84.

409. Скобликова, Т. В. Становление физической культуры студентов в педагогическом вузе: автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Т. В. Скобликова. – Курск, 2001. – 44 с.

410. Сластенин, В. А. Введение в педагогическую аксиологию: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, Г. И. Чижаква. – М.: Издательский центр Академия, 2003. – 192 с.

411. Сластенин, В. А. Педагогика: учеб. пособие для пед. вузов / В. А. Сластенин. – 3-е изд. – М.: Школа-Пресс, 2000. – 226 с.

412. Сластенин, В. А. Педагогический процесс как система / В. А. Сластенин. – М.: Изд. дом МАГИСТР-ПРЕСС, 2000. – 488 с.

413. Сластенин, В. А. Педагогика: инновационная деятельность / В. А. Сластенин, Л. С. Подымова. – М.: ИЧП «Изд-во Магистр», 1997. – 224 с.

414. Сластенин, В. А. Формирование личности учителя в системе высшего педагогического образования. – М.: МГПИ, 1980. – 183 с.

415. Смирнов, С. Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: учеб. пособие / С. Д. Смирнов. – М.: Аспект Пресс, 1995. – 271 с.

416. Создание среды электронного обучения «1 ученик: 1 компьютер» для 21 века: Информационное руководство программы Intel «World Ahead Education»: Корпорация Intel, 2008. – 32 с.

417. Сокольникова, Э. И. Семья как царство любви и добра: хрестоматия для старшеклассников / Э. И. Сокольникова. – М., 1992. – 98 с.

418. Сокольникова, Э. И. Этнопедагогика чувашской семьи / Э. И. Сокольникова. – М., 1997. – 384 с.

419. Сокольникова, Э. И. Этнопедагогика чувашской семьи: история, теория, практика (XIX–XX вв.): дис. ... д-ра пед. наук / Э. И. Сокольникова. – М., 1998. – 358 с.

420. Сокольников, Ю. П. Понятийный аппарат педагогики / Ю. П. Сокольников, С. Ю. Сенатор, Г. Н. Григорьев. – Чебоксары: ГОУ ВПО «ЧГПУ»; М.: Акад. пед. и соц. наук, 2006. – 210 с.

421. Сокольников, Ю. П. Системный подход в исследовании воспитания / Ю. П. Сокольников. – М.: Прометей, 1993. – 200 с.

422. Сокольников, Ю. П. Системный подход к воспитанию школьников. – М.: Прометей, 1993. – 198 с.

423. Соловьев, В. Н. Адаптация организма студентов к учебной и физической нагрузкам: монография / В. Н. Соловьев. – Ижевск: Изд. дом «Удмуртский университет», 2004. – 404 с.

424. Соловьев, В. Н. Адаптация студентов к учебному процессу в высшей школе: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. Н. Соловьев. – Ижевск, 2003. – 46 с.

425. Соловьев, В. Н. Оздоровительные технологии и социальные проблемы в физическом воспитании студентов: учебно-метод. пособие / В. Н. Соловьев. – Ижевск: УдГУ, 2005. – 515 с.

426. Соловьев, Г. М. Педагогическая технология в формировании физической культуры личности студента: дис. ... д-ра пед. наук / Г. М. Соловьев. – Ставрополь, 1999. – 388 с.

427. Соловьев, Н. А. История развития физической культуры и спорта в Удмуртии: учеб. пособие / Н. А. Соловьев, И. А. Варнавский, Г. Б. Северухин. – Ижевск: Изд. дом «Удмуртский ун-т», 2001. – 783 с.

428. Состояние и развитие национального образования. Этнополитическая и этносоциальная ситуация в Удмуртской Республике: информ.-метод. сб. / Мин-во нац. политики УР. – Ижевск, 2000. – С. 42–49.

429. Становов, В. В. Физическая культура как фактор социальной адаптации учащейся молодежи: дис. ... д-ра пед. наук / В. В. Становов. – М., 2002. – 344 с.
430. Стариков, В. А. Физическая культура трудящихся / В. А. Стариков. – М.: Изд-во МГСПС «Труд и книга», 1925. – 47 с.
431. Старовойтенко, Е. Б. Культурная психология личности / Е. Б. Старовойтенко. – М.: Академический проект, 2007 – 320 с.
432. Степовой, П. С. Спорт – политика – идеология / П. С. Степовой. – М.: ФиС, 1984. – 128 с.
433. Стефановская, Т. А. Педагогика: наука и искусство: курс лекций: учеб. пособие / Т. А. Стефановская. – М.: Изд-во «Совершенство», 1998. – С. 258.
434. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года / Всероссийский физкультурно – спортивный комплекс. Режим доступа: <http://fizvosp.ru/assets/media/d1/ee/1370.pdf>
435. Судзиловский, Ф. В. Анатомия мышечной системы / Ф. В. Судзиловский. – Л.: ИФК им. П. Ф. Лесгафта, 1978. – 43 с.
436. Сулейманов, И. И. Введение в теорию физической культуры / И. И. Сулейманов. – Омск: ОГИФК, 1991. – 73 с.
437. Сулимцев, Т. И. Медико-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры различных категорий населения: учеб. пособие / Т. И. Сулимцев. – Малаховка: МОГИФК, 1993. – 67 с.
438. Суханов, П. В. Педагогическая концепция развития самообразовательной деятельности студентов в условиях информатизации образования: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / П. В. Суханов. – Кострома, 2013. – 56 с.
439. Сухин, И. Г. Удивительные приключения в шахматной стране: пособие для родителей и учителей: рек. Министерством общ. и проф. образования РФ / И. Г. Сухин. – М.: Поматур, 2000. – 176 с.

440. Суходольский, Г. В. Основы психологической теории деятельности / Г. В. Суходольский. – 2-е изд., стереотип. – М.: Изд-во ЛКИ, 2008. – 168 с.
441. Сухомлинский, В. А. Нравственный идеал молодого поколения / В. А. Сухомлинский. – М.: Изд-во Академии пед. наук РСФСР, 1963. – 150 с.
442. Сухомлинский, В. А. О воспитании / В. А. Сухомлинский; сост. и авт. очерков С. Соловейчик. – М.: Политиздат, 1979. – 270 с.
443. Сырвачева, И. С. Квалиметрия инновационных технологий обучения и физического воспитания студентов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / И. С. Сырвачева. – Малаховка, 2009. – 49 с.
444. Таксономия Блума. – Режим доступа http://cnit.mpei.ac.ru/textbook/01_03_01_04.htm.
445. Талызина, Н. Ф. Управление процессом усвоения знаний / Н. Ф. Талызина. – М.: Знание, 1983. – 127 с.
446. Талызина, Н. Ф. Формирование познавательной деятельности учащихся / Н. Ф. Талызина. – М.: Знание, 1983. – 96 с.
447. Тарновская, А. С. Формирование психологической готовности студентов университета к педагогической деятельности в школе: дис. ... канд. пед. наук / А. С. Тарновская. – Киев, 1991. – 154 с.
448. Теория и методика физического воспитания: учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. А. Д. Новикова, Л. П. Матвеева. – М.: ФиС, 1968. – Т. II.
449. Теория и методика физического воспитания: учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – М.: ФиС, 1976. – 302 с.
450. Теория и методика физического воспитания: учеб. для техникумов физической культуры / под общ. ред. Г. Д. Харабуги. – М.: ФиС, 1969. – 352 с.
451. Теория и методика физического воспитания: учеб. для студентов

факультетов физ. культ. пед. институтов / Б. А. Ашмарин, Ю. А. Виноградов, З. Н. Вяткина и др. – М.: Просвещение, 1990. – 287 с.

452. Тер-Ованесян, А. А. Педагогические основы физического воспитания / А. А. Тер-Ованесян. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 206 с.

453. Тер-Ованесян, А. А. Спорт: обучение, тренировка, воспитание / А. А. Тер-Ованесян. – М.: ФиС, 1967. – 132 с.

454. Тимофеев, А. А. Межпредметные связи шахмат как учебного предмета в начальной школе / А. А. Тимофеев // Спорт в школе. – 1996. – № 44. – С. 4–7.

455. Титова, С. В. Мобильное обучение сегодня: стратегии и перспективы / С. В. Титова. – Режим доступа: <http://Mobile-learning-today-strategies-and-perspectives>.

456. Титова, С. В. Теоретические основы компьютерно-информационной модели обучения иностранным языкам: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / С. В. Титова. – М., 2004. – 45 с.

457. Тихонов, А. Н. Образовательные Интернет-ресурсы / А. Н. Тихонов, А. Д. Иванников, В. Г. Домрачев и др. – М.: Просвещение, 2004. – 287 с.

458. Тотров, В. Б. Национально-региональный компонент как фактор повышения качества среднего образования: на примере общеобразовательных школ Республики Северная Осетия-Алания: дис. ... канд. пед. наук / В. Б. Тотров. – Владикавказ, 2006. – 164 с.

459. Традиционная и инновационная педагогика. – Режим доступа: www.ak-dovurak-1.lact.ru/.../Traditsionnaya_i_innovatsionnaya_pedagogica.

460. Трайнев, В. А. Дистанционное обучение и его развитие / В. А. Трайнев, В. Ф. Гуркин, О. В. Трайнев. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2007. – 294 с.

461. Тутолмин, А. В. Профессионально-творческая компетентность педагога начального образования: методологические аспекты: монография / А. В.

Тутолмин. – М.: МГОПУ им. М. А. Шолохова, 2006. – 112 с.

462. Тутолмин, А. В. Становление и развитие творческой компетентности будущего учителя (на основе системного подхода): автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А. В. Тутолмин. – Чебоксары, 2009. – 51 с.

463. Тутолмин, А. В. Становление и развитие творческой компетентности будущего учителя: учеб. пособие для студ. пед. вуза / А. В. Тутолмин. – Глазов: Глазов. гос. пед. ин-т, 2009. – 256 с.

464. Тутолмин, А. В. Становление профессионально-творческой компетентности педагога начального образования национальной школы: теория и практика: монография / А. В. Тутолмин. – М.: МГГУ им. М. А. Шолохова, 2006. – 112 с.

465. Тутолмин, А. В. Формирование профессионально-творческой компетентности студента-педагога: методика и анализ эксперимента: монография / А. В. Тутолмин. – Глазов: ГГПИ им. В. Г. Короленко, 2006. – 250 с.

466. Тюмасева, З. И. Культура любви к природе, экология и здоровье человека: монография / З. И. Тюмасева, Б. Ф. Кваша. – Челябинск : Изд-во Челябинск. гос. пед. ун-та, 2003. – 263 с.

467. Унт, И. Э. Индивидуализация и дифференциация обучения: монография / И. Э. Унт. – М.: Педагогика, 1990. – 188 с.

468. Ушинский, его жизнь и педагогическая деятельность / В. Рихтер. – Пг., 1892. – 38 с.

469. Ушинский. Опыт педагогической антропологии / В. Е. Игнатьев. – М.: Типо-литография В. Рихтер, 1914. – 316 с.

470. Ушинский, К. Д. Собрание сочинений / К. Д. Ушинский. – М.: АПН РСФСР, 1951. – Т. 8. – 312 с.

471. Фактор, Э. А. Перекисное окисление при физических нагрузках и его коррекция экзогенными средствами с целью повышения физической

работоспособности спортсмена: автореф. дис. ... д-ра биол. наук / Э. А. Фактор. – СПб., 1995. – 42 с.

472. Фарфель, В. С. Управление движениями в спорте / В. С. Фарфель. – М.: ФиС, 1975. – 208 с.

473. Федеральный компонент государственного образовательного стандарта (1996) / ФК в школе. – 1997. – № 1. – С. 15–17.

474. Фельдман, М. От шахмат – к хорошему самочувствию: адрес опыта – город Тобольск / М. Фельдман // Народное образование. – 1998. – № 2. – С. 93–95.

475. Фельдштейн, Д. И. Проблемы психолого-педагогических наук в пространственно-временной ситуации XXI века: доклад на общем собрании РАО / Д. И. Фельдман // Проблемы современного образования. – 2012. – № 6. – С. 48–70.

476. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: нормативное, правовое, организационно-управленческое, научно-методическое и информационное обеспечение: доклады и материалы, 1999–2006 гг. / Федеральное агентство по физической культуре и спорту / авт.-сост. В. А. Фетисов, П. А. Виноградов. – М.: Советский спорт, 2006. – 1037 с.

477. Физическая культура: учеб. / под ред. М. Я. Виленского. – 2-е изд., стереотип. – М.: КНОРУС, 2013. – 424 с.

478. Филимонюк, Л. А. Формирование проектной культуры педагога в процессе профессиональной подготовки: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Л. А. Филимонюк. – Махачкала, 2008. – 48 с.

479. Философский словарь / под ред. И. Т. Фролова. – 4-е изд. – М.: Политиздат, 1981. – 445 с.

480. Фролов, И. Т. Перспективы человека. Опыт комплексной постановки проблемы, дискуссии, обобщения / И. Т. Фролов. – М.: Политиздат, 1983. – 350 с.

481. Хакунов, Н. Х. Формирование физической культуры личности в учебных заведениях разного типа: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Н. Х. Хакунов.

– Краснодар, 1995. – 33 с.

482. Хотинец, В. Ю. Этничность в интегральном исследовании индивидуальности человека: методология, теория, эмпирика и педагогическая практика: на материале исследования коренных народов Западного Урала: дис. ... д-ра психол. наук / В. Ю. Хотинец. – Пермь, 2000. – 413 с.

483. Хуторской, А. В. Интернет-технологии в школьном обучении / А. В. Хуторской // Школьные технологии. – 2004. – № 1. – С. 144–154.

484. Хуторской, А. В. Педагогическая инноватика: методология, теория, практика: Научное издание. – М.: Изд-во УНЦ ДО, 2005. – 148 с.

485. Царик, А. В. Справочник работника физической культуры и спорта: нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации / А. В. Царик. – М.: Советский спорт, 2002. – 700 с.

486. Цеева, Л. Х. Проблема реализации национально-регионального компонента в условиях преемственности дошкольного и начального образования / Л. Х. Цеева // Современные проблемы науки и образования. – 2006. – № 6. – С. 102–104.

487. Чепик, В. Д. Физическая культура в социальных процессах / В. Д. Чепик; Гос. ком. РФ по физ. культуре и туризму. – М.: ТЕИС, 1995. – 169 с.

488. Черемисин, А. Г. Развитие интернет-образования в условиях информационного общества / А. Г. Черемисин // Инновации в образовании. – 2005. – № 5. – С. 5–14.

489. Черкашин, И. А. Интеграция духовного и физического воспитания юношей в этнокультурном пространстве: организация и управление: дис. ... д-ра пед. наук / И. А. Черкашин. – Якутск, 2008. – 373 с.

490. Чигиринская, Н. В. Формирование экономической культуры инженера в системе высшего профессионального образования: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Н. В. Чигиринская. – Волгоград, 2010. – 44 с.

491. Чикваров, В. В. Глазов – спортивный / В. В. Чикваров. – Глазов, 1993. – 375 с.
492. Чуб, Е. Б. Деятельностный подход в образовании как ведущий принцип дистанционного обучения / Е. Б. Чуб // Инновации в образовании. – 2009. – № 9. – С. 41–46.
493. Чубаров, М. М. Формирование физической культуры студентов технических вузов на основе интегративной технологии информационной обучающей среды: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / М. М. Чубаров. – М., 2008. – 53 с.
494. Шадриков, В. Д. Деятельность и способности: монография / В. Д. Шадриков. – М.: Логос, 1994. – 317 с.
495. Шадриков, В. Д. Психология деятельности и способности человека: учеб. пособие для вузов / В. Д. Шадриков. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Логос, 1996. – 319 с.
496. Шакуров, Р. Х. Социально-психологические основы управления: руководитель и педагогический коллектив / Р. Х. Шакуров. – М.: Просвещение, 1990. – 208 с.
497. Шарафутдинов, Д. Р. Исторические корни развития традиционной культуры татарского народа, XIX – начало XXI в. / Д. Р. Шарафутдинов. – Казань: Гасыр, 2004. – 639 с.
498. Шахматы – школе: учеб. для тренеров / под общ. ред. Б. С. Гершунского. – М.: Педагогика, 1990. – 336 с.
499. Шацкий, С. Т. Избранные педагогические сочинения / С. Т. Шацкий. – М.: Учпедгиз, 1958. – 432 с.
500. Щеголев, В. А. Об участии государства в развитии физкультурно-спортивного движения в зарубежных странах / В. А. Щеголев, В. П. Сорокин, Н. Г. Лутченко // Актуальные проблемы непрерывного образования. – СПб., 1998. – С.

77–79.

501. Щеголев, В. А., Щербаков В. Г. Актуальные направления и методы научных исследований по физической культуре в вузе / В. А. Щеголев, В. Г. Щербаков. – СПб., 1999. – 117 с.

502. Щенников, С. А. Основы деятельности тьютора в системе дистанционного образования / С. А. Щенников. – М.: Дрофа, 2006. – 592 с.

503. Шилько, В. Г. Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании студентов / В. Г. Шилько. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/lichnostno-orientirovannyy-podhod-v-fizicheskom-vospitanii-studentov>.

504. Шилько, В. Г. Модернизация системы физического воспитания студентов на основе личностно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности: дис. ... д-ра пед. наук / В. Г. Шилько. – Томск, 2006. – 488 с.

505. Шкляев, Г. К. Очерки этнической психологии удмуртов: монография / Г. К. Шкляев. – Ижевск: Удмуртский институт истории, языка и литературы; УрО РАН, 2003. – 300 с.

506. Школа мобильного обучения. – Режим доступа: <http://www.mobshkola.narod.ru/p2aa1.html>.

507. Шумакова, А. В. Проектирование интегративного образовательного пространства педагогического вуза (в системе обеспечения качества подготовки учителей): автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А. В. Шумакова. – Астрахань, 2009. – 43 с.

508. Эбзеев, М. М. Отрасль «Физическая культура» в условиях рыночной экономики и подготовка будущих работников к решению ее задач в процессе вузовского обучения: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / М. М. Эбзеев. – Майкоп, 2009. – 60 с.

509. Энгельмейер, П. К. Теория творчества / Энгельмейер. – М.: Изд-во ЛКИ, 2007. – С. 29.
510. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон; пер. с англ.; общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. – М.: Прогресс, 1996. – 334 с.
511. Ядов, В. А. Современная теоретическая социология как концептуальная база исследования российских трансформаций: курс лекций для студентов магистратуры по социологии / В. А. Ядов. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: Интерсоцис, 2009. – 138 с.
512. Якиманская, И. С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе / И. С. Якиманская. – М.: Сентябрь, 1996. – 96 с.
513. Яковлев, Н. Н. Биохимия: учеб. для институтов физической культуры / Н. Н. Яковлев. – М.: ФиС, 1974. – 344 с.
514. Якупов, А. М. Формирование транспортной культуры школьников: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А. М. Якупов. – Магнитогорск, 2009. – 43 с.
515. Ямалетдинова, Г. А. Система самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Г. А. Ямалетдинова. – М., 2009. – 49 с.
516. Abelin, T. Approaches to health promotion and disease prevention / T. Abelin // *Measurements in Health Promotion and Protection*. – Copenhagen: 1987. – P. 29–48.
517. Arnold, M. Stress and emotion / M. Arnold // *Psychological Stress*. Appley and R. Trumbull (Eds.). – N. Y. – 1967. – P. 39.
518. Astrand, P. O. Experimental studies of physical working capacity in relation to sex and age. – Copenhagen: Munksagaard, 1952. – 171 P.
519. Benjamin Samuel Bloom Taxonomy of educational objectives: the classification of educational goals. – Longmans: Green, 1956. – T. 1.

520. Bloom, B. Stability and chance in Human characteristics / B. Bloom. – New York, 1964. – 284 p.

521. Brandon, L. Alderman, Aaron Beighle, Robert P. Pangrazi Enhancing Motivation in Physical Education / L. Brandon, Aaron Beighle Alderman, P. Robert // Joperd. – 2006. – 77 (2). – P. 41–51.

522. Bransford, M. How People Learn: Brain, mind, experience, and school / M. Bransford, J. Douglas. – Washington: D.C., 2000. – P. 12–18.

523. Chantal Amade-Escot & Mary O'sullivanpages Research on content in physical education: theoretical perspectives and current debates // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2007. – 12 (3). – P. 185–204.

524. Cothran, D. J. Teacher-student negotiations and its relation to physical education studentsb motivational processes: an approach based on self-determination theory / D. J. Cothran, P. H. Kulinna, E. Ward // Journal of Research and Development in Education. – 2009. – 15 (1). – P. 21–46.

525. Darren, C. Treasure and Glyn C. Roberts Applications of Achievement Goal Theory to Physical Education: Implications for Enhancing Motivation: Quest. National Association of Physical Education in Higher Education / C. Darren. – 1995. – № 47. – P. 475–489.

526. David, R. Lubans, Philip J. Morgan & Ann McCormackpages Adolescents and school sport: the relationship between beliefs, social support and physical self-perception // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2011. – № 16 (4). – P. 237–250.

527. Dean Michael Ravizza Students' perceptions of physical education teachers' caring: Diss. Submitted to the Faculty Virginia Polytechnic Institute and State University in partial fulfillment for the requirements of the degree of Doctor of Philosophy in Curriculum and Instruction. – Blacksburg, Virginia, 2005. – 92 p.

528. Dijkstra, E. W. A discipline of programming / E. W. Dijkstra. – Prentice-

Hall, Incorporated, 1976. – 217 p.

529. Health Physical Education and Recreation: Exercise and Sport Sciences: Microform Publications Bulletin. – Eugene, Oregon: International Institute for Sport and Human Performance, University of Oregon, 2001. – 68 p.

530. International Congress on Chess at Schools. Under the auspices of the European Chess Union. The Netherlands, Spring 2005 <http://chess5fi5.iiarod.rLi/dutchI.htm>

531. Ishee Jimmy H. Sport pedagogy research in theory and practice // Journal of physical Education, Recreation and dance. – 2003. – № 74 (2). – P. 8.

532. Ken Green Understanding Physical Education. – India: Replica Press Pvt., 2008. – 289 p.

533. Ken, R. Lodewyk Fostering Critical Thinking in Physical Education Students / R. Ken // Journal of Physical Education, Recreation and Dance. – 2009. – № 80 (8). – P. 12–18.

534. Kenneth, D. Brubaker The importance of physical education in today's schools: Diss. Submitted to College of Education Ashland university in partial fulfillment of the Requirements for the Degree Doct. of Education in Educational Leadership / D. Kenneth. – Ashland, OH. – 2011. – 88 p.

535. Kevin Morgan Senior Lecturer, John Sproule, Daniel Weigand & Paul Carpenterpages A computer-based observational assessment of the teaching behaviours that influence motivational climate in Physical Education // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2005. – № 10 (1). – P. 83–105.

536. Laakso lauri, Telama risto, Nupponen Heimo, Rimpela Arja, Per e Lasse Trends in leisure time physical activity among young people in Finland 1977–2007 // Journal of Research and Developnent in Education. – 2008. – № 14. – P. 139–155.

537. Laura Azzarito Students' construction of the body in physical education: Diss. Submitted to the Graduate Faculty of the Louisiana State University and

Agricultural and Mechanical College in partial fulfillment of the Requirements for the degree of Doct. of Philosophy in the Department in Kinesiology. – B. S., Università' di Scienze Motorie di Torino, Italy, M. S., University of Maryland, College Park. – 2004. – 204 p.

538. Lorin, W. Anderson, David R. Krathwohl, Benjamin Samuel Bloom A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives, Abridged Edition Longman. – 2001. – 352 p.

539. Lorraine Cale & Jo Harrispages Fitness testing in physical education – a misdirected effort in promoting healthy lifestyles and physical activity? // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2009. – № 14 (1). – P. 89–108.

540. Michael Spittle & Kate Byrnepages The influence of Sport Education on student motivation in physical education // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2009. – № 14 (3). – P. 253–266.

541. Mikael Quennerstedt PE on YouTube – investigating participation in physical education practice // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2013. – № 18 (1). – P. 42–59.

542. MOBL21. – Режим доступа: <http://Mobl21.com>.

543. Morgan W.P. Physical activity and mental health // In The Academy Papers. Champaign, H. K. P., 1994. – P. 132–145.

544. Mountakis Costas Differences between physical education and top-level sport // Journal of Research and Development in Education. – 2001. – № 7 (1). – P. 92–106.

545. Noak, H. Concepts of health and health promotion / H. Noak // Measurements in Health promotion and Protection. – Copenhagen, 1987. – P. 5–28.

546. Oleg A. Sinelnikov Teaching and learning how to teach sport education: an ecological analysis, motivational climate and professional development: Diss. Submitted to the Graduate Faculty of Auburn University in partial fulfillment of the

requirements for the Degree of Doctor of Philosophy / Oleg A. Sinelnikov. – Auburn, Alabama, 2007. – 240 p.

547. Oleg A. Sinelnikov & Peter Hastiepages A motivational analysis of a season of Sport Education / Oleg A. Sinelnikov & Peter Hastiepages // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2010. – № 15 (1). – P. 55–69.

548. Perceptions of physical Education and physical activity? // Journal of physical Education, Recreation and dance. – 2003. – № 74 (2). – P. 9.

549. Richard Lawrence Lightpages Opening up learning theory to social theory in research on sport and physical education through a focus on practice // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2011. – № 16 (4). – P. 369–382.

550. Richard Tinningpages The idea of physical education: a memetic perspective. Physical Education and Sport Pedagogy. 2012. – № 17 (2). – P. 115–126.

551. Sami Yli-Piipari and others Relationships between physical education students' motivational profiles, enjoyment, state anxiety and self-reported physical activity // Journal of Sports Science and Medicine. – 2009. – № 8. – Режим доступа: <http://www.jssm.org>

552. Scott Kendal Baker Authenticity in physical education: Diss Submitted to the Faculty of the Teaching and Teacher Education in partial Fulfillment of the Requirements For the degree of Doctor of Philosophy in the Graduate College. – The University of Arizona, 2005. – 166 p.

553. Sheri, M. Treadwell Student-Centered Physical Education on a Shoestring Budget / M. Sheri // Journal of Physical Education, Recreation and Dance. – 2013. – № 84 (2). – P. 27–32.

554. Stephen Silverman. Physical Education and Physical Activity: A Historical Perspective / Stephen Silverman // Journal of Physical Education, Recreation and Dance. – 2007. – № 78 (8). – P. 31–48.

555. Stephen Silverman. Teaching for Student Learning in Physical Education / Stephen Silverman // Journal of Physical Education, Recreation and Dance. – 2011. – № 82 (6). – P. 29–34.

556. Taylor, J. & Chiogiogi Implicational reform on high school physical education programs / J. Taylor // Journal of Physical Education, Recreation and Dance. – 1987. – № 58 (2). – P. 22–23.

557. Traxler, J. B. Current State of Mobile Learning / J. B. Traxler. – Режим доступа: http://www.academia.edu/180449/Current_State_of_Mobile_Learning.

558. Wohl, A. Physical Culture as a Social Product and as a Social Value / A. Wohl // International Review of Sport Sociologies. – V. 8. – P. 37–43.

559. Yzard, C. E. Psychology of Emotion / C. E. Yzard. – New-York: Plenum Press, 1991. – 250 p.

560. Zan Gao. Understanding students' motivation in physical education: integration of expectancy-value model and self-efficacy theory: Diss. Submitted to the Graduate Faculty of Louisiana State University and Agricultural and Mechanical College in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doct. of Philosophy in the Department in Kinesiology / Zan Gao. – B. Ed., Hunan Teachers University, M. Ed., Beijing Sport University, 2007. – 188 p.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Формулы для вычисления процентного соотношения развития физических качеств обучающихся в контексте норм всероссийского комплекса «ГТО»

Физические качества	Быстрота	Выносливость		Прыгучесть (ловкость)		Сила					Гибкость
		Бег на 2 км (мин., сек.)	Бег на 3 км. (мин., сек.)	Прыжок в длину с разбега (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	Рывок гири (кол-во раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз);	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз в 1 мин.)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	
Контрольные тесты	Бег на 100 м (сек.);										Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)
Процентное соотношение											
Юноши (16 – 17 лет)											
	$200 - X / 0,1423$ (0,146)	$200 - X / 0,084$ (0,092)	$200 - X / 0,142$ (0,151)	$X / 3,9333$ (3,6)	$X / 2,1333$ (2)	$X / 0,1033$ (0,08)	$X / 0,25$ (0,15)		$X / 0,4$ (0,3)		$X / 0,09$ (0,06)
Девушки (16 – 17 лет)											
	$200 - X / 0,173$ (0,18)	$200 - X / 0,1073$ (0,115)		$X / 3,3$ (3,1)	$X / 1,7167$ (1,6)			$X / 0,1433$ (0,11)	$X / 0,3$ (0,2)	$X / 0,1167$ (0,09)	$X / 0,1067$ (0,07)
Мужчины (18 – 24 лет)											
	$200 - X / 0,1447$ (0,151)		$200 - X / 0,132$ (0,14)	$X / 4$ (3,8)	$X / 2,2833$ (2,15)	$X / 0,1067$ (0,09)	$X / 0,3$ (0,2)				$X / 0,0867$ (0,06)
Женщины (18 – 24 лет)											
	$200 - X / 0,17$ (0,175)	$200 - X / 0,1093$ (0,1135)		$X / 2,9333$ (2,7)	$X / 1,8167$ (1,7)			$X / 0,15$ (0,1)	$X / 0,4033$ (0,34)	$X / 0,12$ (0,1)	$X / 0,1167$ (0,08)
Мужчины (25 – 29 лет)											
	$200 - X / 0,145$ (0,15)		$200 - X / 0,1337$ (0,145)		$X / 2,3167$ (2,25)	$X / 0,1033$ (0,09)	$X / 0,3$ (0,2)				$X / 0,07$ (0,05)
Женщины (25 – 29 лет)											
	$200 - X / 0,174$ (0,179)	$200 - X / 0,1127$ (0,115)			$X / 1,7667$ (1,65)			$X / 0,15$ (0,1)	$X / 0,35$ (0,3)	$X / 0,12$ (0,1)	$X / 0,0967$ (0,07)
Мужчины (30 – 34 лет)											
			$200 - X / 0,1393$ (0,151)		$X / 2,2667$ (2,2)	$X / 0,0633$ (0,04)	$X / 0,3$ (0,2)				$X / 0,0333$ (0,01)
Женщины (30 – 34 лет)											
		$200 - X / 0,1225$ (0,1245)			$X / 1,7167$ (1,6)			$X / 0,1567$ (0,12)	$X / 0,3667$ (0,3)	$X / 0,0867$ (0,06)	$X / 0,07$ (0,05)

Примечания:

X – индивидуальные результаты испытаний (тестов) на развитие физических качеств.

() – в скобках обозначен коэффициент только для получения бронзового значка.

Приложение 2

Недельный цикл самостоятельных занятий физической культурой

Уровни Дни недели	Пн/Вт	Вт/Ср	Ср/Чт	Чт/Пт	Пт/Сб	Сб/Пн
1	2	3	4	5	6	7
15. Прыгучесть - гибкость						
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	12		15+26***		14	
Средний уровень	11	12		15+26***	14	
Высокий уровень	11	12		13	14	15+26***
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	12		26*		13	
Средний уровень	26*	12		13		15+26***
Высокий уровень	11	26*	13		14	15+26***
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		15+26***		13		26
Средний уровень		15+26***		12	26	15+27**
Высокий уровень	15+26***	13		26	14	15+27**
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		13				
Средний уровень		12		15+26***		
Высокий уровень		13		15+26***		15+27**
16. Сила М - быстрота						
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	17		3		19	
Средний уровень	1	17		3	19	
Высокий уровень	16	2		18	4	20
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	17		3		19*	
Средний уровень	1*	18		2	19	
Высокий уровень	16*	3		17	4	20
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		3		18		
Средний уровень		2		17		20+27**
Высокий уровень	17		18		3	20+27**
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		18				
Средний уровень		17		2		
Высокий уровень		18		3		20+27**

1	2	3	4	5	6	7
17. Сила Ж - быстрота						
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	22		3		24	
Средний уровень	1	22		3	24	
Высокий уровень	21	2		23	4	25
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	22		3		24*	
Средний уровень	1*	23		2	24	
Высокий уровень	21*	3		22	4	25
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		3		23		
Средний уровень		2		22		25+27**
Высокий уровень	22		23		3	25+27**
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		3				
Средний уровень		2		22		
Высокий уровень		3		23		5+27**
18. Сила М - выносливость						
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	17		8		19	
Средний уровень	6	17		8	19	
Высокий уровень	16	7		18	9	20
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	17		8		19*	
Средний уровень	6*	18		7	19	
Высокий уровень	16*	8		17	9	20
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		8		18		
Средний уровень		7		17		20+27**
Высокий уровень	17		18		8	20+27**
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		18				
Средний уровень		17		7		
Высокий уровень		18		8		20+27**
19. Сила Ж - выносливость						
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	22		8		24	
Средний уровень	6	22		8	24	
Высокий уровень	21	7		23	9	25
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	22		8		24*	
Средний уровень	6*	23		7	24	
Высокий уровень	21*	8		22	9	25
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		8		23		
Средний уровень		7		22		25+27**
Высокий уровень	22		23		8	25+27**
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		23				
Средний уровень		22		7		
Высокий уровень		23		8		25+27**

1	2	3	4	5	6	7
20. Сила М - прыгучесть						
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	17		13		19	
Средний уровень	11	17		13	19	
Высокий уровень	16	12		18	14	20
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	17		13		19*	
Средний уровень	11*	18		12	19	
Высокий уровень	16*	13		17	14	20
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		13		18		
Средний уровень		12		17		20+27**
Высокий уровень	17		18		13	20+27**
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		18				
Средний уровень		17		12		
Высокий уровень		18		13		20+27**
21. Сила Ж - прыгучесть						
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	22		13		24	
Средний уровень	11	22		13	24	
Высокий уровень	21	12		23	14	25
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	22		13		24*	
Средний уровень	11*	23		12	24	
Высокий уровень	21*	13		22	14	25
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		13		23		
Средний уровень		12		22		25+27**
Высокий уровень	22		23		13	25+27**
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		23				
Средний уровень		22		12		
Высокий уровень		23		13		25+27**
22. Сила М - гибкость						
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	17		20+26***		19	
Средний уровень	16	17		20+26***	19	
Высокий уровень	16	17		18	19	20+26***
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	17		26*		18	
Средний уровень	26*	17		18		20+26***
Высокий уровень	16	26*	18		19	20+26***
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		20+26***		18		26
Средний уровень		20+26***		17	26	20+27**
Высокий уровень	20+26***	18		26	19	20+27**
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		18				
Средний уровень		17		20+26***		
Высокий уровень		18		20+26***		20+27**

1	2	3	4	5	6	7
23. Сила Ж - гибкость						
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	22		25+26***		24	
Средний уровень	21	22		25+26***	24	
Высокий уровень	21	22		23	24	25+26***
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	22		26*		23	
Средний уровень	26*	22		23		25+26***
Высокий уровень	23	26*	23		24	25+26***
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		25+26***		23		26
Средний уровень		25+26***		22	26	25+27**
Высокий уровень	25+26***	23		26	24	25+27**
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		23				
Средний уровень		22		25+26*		
Высокий уровень		23		25+26*		25+27**
24. Гибкость - быстрота						
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	5+26***		3		5+26***	
Средний уровень	5+26***	2		5+26***	4	
Высокий уровень	5+26***	2		3	4	5+26***
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	26*		3		5+26***	
Средний уровень	26*	2		5+26***		5+26***
Высокий уровень	5+26***	3	26*		4	5+26***
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		5+26***		3		26
Средний уровень		5+26***		2	26	5+27**
Высокий уровень	5+26***	3	5+26***		26	5+27**
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		5+26***			26	
Средний уровень	26		5+26***			5+27**
Высокий уровень	26	3		5+26***		5+27**
25. Гибкость - выносливость						
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	10+26***		8		10+26***	
Средний уровень	10+26***	7		10+26***	9	
Высокий уровень	10+26***	7		8	9	10+26***
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	26*		8		10+26***	
Средний уровень	26*	7		10+26***		10+26***
Высокий уровень	10+26***	8	26*		9	10+26***
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		10+26***		8		26
Средний уровень		10+26***		7	26	10+27**
Высокий уровень	10+26***	8	10+26***		26	10+27**
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		10+26***			26	
Средний уровень	26		10+26***			10+27**
Высокий уровень	26	8		10+26***		10+27**

1	2	3	4	5	6	7
26. Гибкость - прыгучесть						
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	15+26***		13		15+26***	
Средний уровень	15+26***	12		15+26***	14	
Высокий уровень	15+26***	12		13	14	15+26***
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	26*		13		15+26***	
Средний уровень	26*	12		15+26***		15+26***
Высокий уровень	15+26***	13	26*		14	15+26***
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		15+26***		13		26
Средний уровень		15+26***		12	26	15+27**
Высокий уровень	15+26***	13	15+26***		26	15+27**
Для мужчин и женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		15+26***			26	
Средний уровень	26		15+26***			15+27**
Высокий уровень	26	13		15+26***		15+27**
27. Гибкость – сила М						
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	20+26***		18		20+26***	
Средний уровень	20+26***	17		20+26***	19	
Высокий уровень	20+26***	17		18	19	20+26***
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	26*		18		20+26***	
Средний уровень	26*	17		20+26***		20+26***
Высокий уровень	20+26***	18	26*		19	20+26***
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		20+26***		18		26
Средний уровень		20+26***		17	26	20+27**
Высокий уровень	20+26***	18	20+26***		26	20+27**
Для мужчин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		20+26***			26	
Средний уровень	26		20+26***			20+27**
Высокий уровень	26	18		20+26***		20+27**
28. Гибкость – сила Ж						
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 1-2 занятия ФК:						
Низкий уровень	25+26***		23		25+26***	
Средний уровень	25+26***	22		25+26***	24	
Высокий уровень	25+26***	22		23	24	25+26***
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 3 занятия ФК						
Низкий уровень	26*		23		25+26***	
Средний уровень	26*	22		25+26***		25+26***
Высокий уровень	25+26***	23	26*		24	25+26***
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 2-3 занятия спортом						
Низкий уровень		25+26***		23		26
Средний уровень		25+26***		22	26	25+27**
Высокий уровень	25+26***	23	25+26***		26	25+27**
Для женщин при недельном объеме двигательной активности: 4-5 занятия спортом						
Низкий уровень		25+26***			26	
Средний уровень	26		25+26***			25+27**
Высокий уровень	26	23		25+26***		25+27**

Примечания:

*Следует выполнить данную тренировку на академическом занятии физической культурой (при невозможности выполнения тренировки на занятии, реализовать ее необходимо в любой день в течение недели),

**Выполняется 5/10/15/20/25 тренировка, затем осуществляется переход в специализированный зал по виду спорта, которым Вы занимаетесь, и реализуется 27 тренировка.

***Реализуется 5/10/15/20/25 тренировка, затем осуществляется переход в специализированное помещение или подготавливается место и выполняется 26 тренировка.

Приложение 3

АНКЕТА

опросника для определения мировоззренческого показателя
физической культуры на основе изучения личной странички
в социальной сети «В Контакте»

Описание: необходимо проставить «крестик» в соответствующих графах

	Да	Больше Да, чем Нет	Больше Нет, чем Да	Нет
1. Присутствует (присутствовала) ли у Вас физкультурно-оздоровительная тематика в «статусе» на Вашей страничке				
2. Наличие фотографий и видео (Ваших личных) по физкультурно-оздоровительной тематике на Вашей страничке				
3. Наличие фотографий и видео по физкультурно-оздоровительной тематике на Вашей страничке				
4. Присутствует (присутствовала) ли у Вас физкультурно-оздоровительная тематика в «личке» на Вашей страничке				
5. Присутствует (присутствовала) ли у Вас физкультурно-оздоровительная тематика «на стене» и в «новостях» на Вашей страничке				
6. Оставляете ли Вы физкультурно-оздоровительную информацию на иных страничках (закладки, встречи, приложения, подписки и т.п.)				
7. Оставляете ли Вы комментарии по физкультурно-оздоровительной тематике на иных страничках				
8. Используйте ли Вы контент выложенный в социальной сети для занятий физической культурой и спортом				
9. Физкультурно-оздоровительная информация, выложенная на страничках незнакомых Вам людей оставляет Вас равнодушным				
10. Проставляете ли Вы «Лайки» на физкультурно-оздоровительную информацию на иных страничках				
11. Участвуете ли Вы в «группах»(обсуждениях) по физкультурно-оздоровительной тематике				
12. Положительно ли Вы относитесь к распространению физкультурной информации в социальных сетях				
13. Распространяли ли Вы физкультурно-оздоровительную информацию на иные странички (видео, фото и т.п)				
14. Используйте ли Вы социальную сеть для поиска физкультурно-оздоровительной информации				

АНКЕТА

опросника для определения группы мотивации к занятиям
физической культурой

Описание: необходимо выбрать четыре группы мотивов, наиболее подходящие и проставить им ранг (с 1 по 4 место).

Группы мотивов	Содержание мотива	Ранг
1	2	3
Воспитательно-творческие	Занятия физической культурой и спортом развивают в личности навыки самоподготовки и самоконтроля. Систематические занятия физическими упражнениями содействуют развитию морально-волевых качеств, а также воспитанию патриотизма и гражданственности. Занятия физической культурой дают неограниченные возможности для развития и воспитания в обучающихся творческой личности. Через познание огромных ресурсов собственного организма при занятиях физическими упражнениями личность начинает искать новые возможности в своем духовном развитии.	
Оздоровительные	Наиболее сильной мотивацией молодежи к занятиям физическими упражнениями является возможность укрепления своего здоровья и профилактика заболеваний. Благоприятное воздействие на организм физических упражнений известно очень давно и не вызывает сомнений, и в настоящее время его можно рассматривать по двум взаимосвязанным направлениям: формирование здорового образа жизни и уменьшение вероятности заболеваний, в том числе и профессиональных; лечебное воздействие физических упражнений при многих видах болезней.	
Эстетические	Мотивация студентов к занятиям физическими упражнениями заключается в улучшении внешнего вида и впечатления, производимого на окружающих (совершенствование телосложения, подчеркивание «выигрышных» особенностей фигуры, увеличение пластичности движений). Данная группа тесно связана с развитием «моды» на занятия физической культурой и спортом.	
Соревновательно-конкурентные	Данный вид мотивации основывается на стремлении человека улучшить собственные спортивные достижения. Вся история человечества, процесс эволюции строились на духе соперничества, на соревновательном духе взаимоотношений. Стремление достичь определенного спортивного уровня, победить в состязаниях соперника — является одним из мощных регуляторов и значимой мотивацией к активным занятиям физическими упражнениями.	
Административные	Занятия физической культурой являются обязательными в высших учебных заведениях России. Для получения контрольных результатов введена система зачетов, один из которых по предмету «Физическая культура». Своевременная сдача зачета по данной дисциплине, избежание конфликта с преподавателем и администрацией учебного заведения побуждают студентов заниматься физической культурой.	

1	2	3
Коммуникативные	Занятия физическими упражнениями с группой сподвижников, например, в клубах по интересам (оздоровительный бег, туризм, велоспорт, спортивные игры и т.п.), являются одной из значительных мотиваций к посещению спортивных сооружений. Совместные занятия физической культурой и спортом содействуют улучшению коммуникации между социальными и половыми группами.	
Профессионально-ориентированные	Группа данной мотивации связана с развитием занятий физической культурой, ориентированных на профессионально важные качества студентов различных специальностей, для повышения уровня их подготовки к предстоящей трудовой деятельности. Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся содействует развитию психофизической готовности студента к будущей профессии.	
Культурно-социологические	Данная мотивация приобретается у подрастающего поколения с воздействием, оказываемым средствами массовой информации, обществом, социальными институтами, в формировании у личности потребности в занятиях физическими упражнениями. Она характеризуется влиянием на личность культурной среды, законов социума и законами «группы».	
Статусно-лидерские	Благодаря развитию физических качеств у подрастающего поколения увеличивается их жизнестойкость. Повышение личностного статуса при возникновении конфликтных ситуаций, разрешаемых в ходе физического воздействия на другую личность, а также увеличение потенциала жизнестойкости в экстремально-личностных конфликтах, активизирует участие молодежи в физкультурно-спортивной деятельности.	
Двигательно-деятельностные	При выполнении физической работы прослеживается снижение производительности труда, которое происходит вследствие его монотонности, однообразия. Непрерывное выполнение умственной деятельности приводит к понижению процента восприятия информации, к большему числу профессиональных ошибок. Выполнение специальных физических упражнений для мышц всего тела и зрительного аппарата значительно повышает эффективность релаксации, чем пассивный отдых, и удовольствие от самого процесса занятий физическими упражнениями. При занятиях физическими упражнениями в организме человека происходят изменения деятельности всех систем, в первую очередь сердечно-сосудистой и дыхательной.	
Познавательно-развивающие	Данная мотивация тесно связана со стремлением человека познать свой организм, свои возможности, а затем и улучшить их с помощью средств физической культуры и спорта. Она во многом близка к соревновательной мотивации, но основана на желании победить себя, свою лень, а не соперника на состязании. Представленная мотивация заключается в желании максимально использовать физические возможности своего организма, улучшить свое физическое состояние и повысить физическую подготовленность.	
Психологически значимые	Занятия физическими упражнениями положительно влияют на психическое состояние подрастающей молодежи, в особенности обучающейся: обретение уверенности в себе; снятие эмоционального напряжения; предупреждение развития стрессовых состояний; отвлечение от неприятных мыслей; снятие умственного напряжения; восстановление психической работоспособности. Определенные виды физических упражнений являются незаменимым средством нейтрализации отрицательных эмоций у человека.	

**Характеристика эмоциональных состояний по диагностике
сдвига цветовой чувствительности**

Выборы	Эмоциональное состояние	Характеристика
К – С – З	Активные аффекты. Состояние аффективного возбуждения (АВ)	Диапазон изменений от переживания чувства нетерпения, возмущения, до состояния гнева, ярости
К – З – С	Состояние функционального возбуждения (ФВ)	Эмоции, связанные с удовлетворением потребностей. Диапазон – от переживания чувства удовлетворения до восторга, ликования. Доминирование положительных эмоций.
З – К – С	Состояние функционального расслабления (ФР)	Отсутствие выраженных переживаний. Оценивается человеком как спокойное состояние, самое оптимальное для реализации человеческих отношений, контактов, различных видов деятельности, где не требуется напряжение.
З – С – К	Состояние функциональной напряженности, настороженности (ФН)	Ориентировочные реакции характеризуются повышением внимания, активностью, встречаются в тех случаях, где требуется проявление подобных качеств. Оптимальный вариант состояния функциональной системы.
С – З – К	Состояние функционального торможения (ФТ)	Неудовлетворение потребностей (печаль, тоскливость, напряженность), от состояния грусти до подавленности, от озабоченности до тревоги. Полярно ФВ. Доминирование отрицательных эмоций. Перенапряжение всех систем организма.
С – К – З	Состояние аффективного торможения	Встречается в клинике глубоких эндогенных депрессий. Диапазон – от состояния растерянности психологического дискомфорта. Полярно АВ. Доминирование сильных отрицательных эмоций.

Шкала САН (Самочувствие, активность, настроение)

Инструкция: «Выразите количеством баллов от -3 до 3 свое состояние, имея ввиду, что баллы 2, 3, и -2, -3 более близки к предлагаемым оценкам, а 0, 1 и -1 менее. При этом баллы 3, 2 соответствуют оценкам левого столбца, а -2, -3 – правого».

1. Самочувствие хорошее	3 2 1 0 1 2 3	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	3 2 1 0 1 2 3	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	3 2 1 0 1 2 3	Активный
4. Малоподвижный	3 2 1 0 1 2 3	Подвижный
5. Веселый	3 2 1 0 1 2 3	Грустный
6. Хорошее настроение	3 2 1 0 1 2 3	Плохое настроение
7. Работоспособный	3 2 1 0 1 2 3	Разбитый
8. Полный сил	3 2 1 0 1 2 3	Обессиленный
9. Медлительный	3 2 1 0 1 2 3	Быстрый
10. Бездеятельный	3 2 1 0 1 2 3	Деятельный
11. Счастливый	3 2 1 0 1 2 3	Несчастный
12. Жизнерадостный	3 2 1 0 1 2 3	Мрачный
13. Напряженный	3 2 1 0 1 2 3	Расслабленный
14. Здоровый	3 2 1 0 1 2 3	Больной
15. Безучастный	3 2 1 0 1 2 3	Увлеченный
16. Равнодушный	3 2 1 0 1 2 3	Взволнованный
17. Восторженный	3 2 1 0 1 2 3	Унылый
18. Радостный	3 2 1 0 1 2 3	Печальный
19. Отдохнувший	3 2 1 0 1 2 3	Усталый
20. Свежий	3 2 1 0 1 2 3	Изнуренный
21. Сонливый	3 2 1 0 1 2 3	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	3 2 1 0 1 2 3	Желание работать
23. Спокойный	3 2 1 0 1 2 3	Озабоченный
24. Оптимистический	3 2 1 0 1 2 3	Пессимистичный
25. Выносливый	3 2 1 0 1 2 3	Утомляемый
26. Бодрый	3 2 1 0 1 2 3	Вялый
27. Соображать трудно	3 2 1 0 1 2 3	Соображать легко
28. Рассеянный	3 2 1 0 1 2 3	Внимательный
29. Полный надежд	3 2 1 0 1 2 3	Разочарованный
30. Довольный	3 2 1 0 1 2 3	Недовольный

Анкета

по модифицированной методике по дифференциальным
шкалам эмоций по К. Изард.

Инструкция: «Оцените по 4 –х бальной шкале то, в какой степени каждое понятие описывает ваше самочувствие в данный момент». Возможны 4 варианта ответов: «совсем не подходит» - 1 балл, «пожалуй, верно» - 2 балла, «верно» - 3 балла, «совершенно верно» - 4 балла.

Шкалы эмоций в понятиях					Сумма	Эмоция
Внимательный		Концентрированный		Собранный		1.Интерес
Наслаждающийся		Счастливый		Радостный		2. Радость
Удивленный		Изумленный		Пораженный		3. Удивление
Унылый		Печальный		Сломленный		4. Горе
Взбешенный		Гневливый		Безумный		5. Гнев
Чувствующий неприязнь		Чувствующий отвращение		Чувствующий омерзение		6. Отвращение
Презрительный		Пренебрегающий		Надменный		7. Презрение
Пугающий		Страшный		Сеющий панику		8. Страх
Застенчивый		Робкий		Стыдливый		9. Стыд
Сожалеющий		Виноватый		Раскаивающийся		10. Вина
Отчужденный		Отторженный		Безучастный		11. Апатия
Спокойный		Несосредоточенный		Незаинтересованный		12. Равнодушие

Тест – опросник
для определения уровня самооценки по С. В. Ковалеву

Инструкция. Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы: 4 – очень часто; 3 – часто; 2 – иногда; 1 – редко; 0 – никогда.

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия ободрялись другими чаще.
14. Я слишком скромн.
15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня многого.
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто понапрасну волнуюсь.
24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. Как жаль, что я не так общителен.
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.
32. Я думаю о том, чего ждут от меня люди.

Тест – опросник для определения

стойкости к эмоциональному истощению и уровня агрессии по А. Ассингер

Инструкция: подчеркните вариант, соответствующий Вашему суждению.

1. Склонны ли Вы искать пути к примирению после очередного служебного конфликта или конфликта в институте?
А. Всегда.
Б. Иногда.
С. Никогда.
2. Как Вы ведете себя в критической ситуации?
А. Внутренне кипите.
Б. Сохраняете полное спокойствие.
С. Теряете самообладание.
3. Каким считают Вас коллеги (однокурсники)?
А. Самоуверенным и завистливым.
Б. Дружелюбным.
С. Спокойным и независтливым.
4. Как Вы отреагируете, если Вам предложат ответственную должность?
А. Примете ее с некоторыми опасениями.
Б. Согласитесь без колебаний.
С. Откажетесь от нее ради собственного спокойствия.
5. Как Вы будете себя вести, если кто-то из коллег без разрешения возьмет с Вашего стола бумагу?
А. Выдадите ему “по первое число”.
Б. Заставите вернуть.
С. Спросите, не нужно ли ему еще что-нибудь.
6. Какими словами Вы встретите своего молодого человека (девушку), если он (она) вернулся с работы (учебы) позже обычного?
А. «Что это тебя так задержало?»
Б. «Где ты торчишь допоздна?»
С. «Я уже начал(а) волноваться».
7. Как Вы ведете себя за рулем автомобиля (велосипеда)?
А. Стараетесь ли обогнать машину, которая “показала вам хвост”?
Б. Вам все равно, сколько машин Вас обошло.
С. Помчитесь с такой скоростью, чтобы никто на догнал Вас.

8. Какими Вы считаете свои взгляды на жизнь?
- А. Сбалансированными.
 - Б. Легкомысленными.
 - С. Крайне жесткими.
9. Что Вы предпринимаете, если не все удастся?
- А. Пытаетесь свалить вину на другого.
 - Б. Смиряетесь.
 - С. Становитесь впредь осторожнее.
10. Как Вы отреагируете на фельетон о случаях распущенности среди современной молодежи?
- А. «Пора бы уже запретить им такие развлечения».
 - Б. «Надо создать им возможность организованно и культурно отдыхать».
 - С. «И чего мы столько с ними возимся?»
11. Что Вы ощущаете, если место, которое Вы хотели занять, досталось другому?
- А. «И зачем я только на это нервы тратил?»
 - Б. «Видно, его физиономия шефу приятнее».
 - С. «Может быть, мне это удастся в другой раз».
12. Как Вы смотрите страшный фильм?
- А. Боитесь.
 - Б. Скучаете.
 - С. Получаете искреннее удовольствие.
13. Если из-за дорожной пробки вы опаздываете на важное совещание?
- А. Будете нервничать во время заседания.
 - Б. Попытайтесь вызвать снисходительность партнеров.
 - С. Огорчитесь.
14. Как Вы относитесь к своим спортивным успехам?
- А. Обязательно стараетесь выиграть.
 - Б. Цените удовольствие почувствовать себя вновь молодым.
 - С. Очень сердитесь, если не везет.

Опросник нервно-психического напряжения по Т. А. Немчину

Инструкция: оцените свое состояние, для этого отметьте один из признаков, имеющий место у вас в последнее время.

Наличие физического дискомфорта.

1. Полное отсутствие каких-либо неприятных физических ощущений.
2. Имеют место незначительные неприятные ощущения, не мешающие работе.
3. Наличие большого количества неприятных физических ощущений, серьезно не мешающих работе.

Наличие болевых ощущений.

1. Полное отсутствие каких-либо болей
2. Периодически появляются, но быстро исчезают, и не мешают работе.
3. Имеют место постоянные болевые ощущения, существенно мешающие работе.

Температурные ощущения.

1. Отсутствие каких-либо изменений в ощущении температуры тела.
2. Ощущение тепла, повышения температуры тела.
3. Ощущение похолодания тела, конечностей, «озноб».

Состояние мышечного тонуса.

1. Обычный, неизменный мышечный тонус.
2. Умеренное повышение тонуса мышц, чувство некоторого мышечного напряжения.
3. Значительное мышечное напряжение, подергивание отдельных мышц лица, рук, тики, тремор.

Координация движений.

1. Обычная, неизменная координация движений.
2. Повышение точности, ловкости, координации движений во время работы, письма.
3. Ухудшение точности движений, нарушение координации, ухудшение почерка, затруднения при выполнении мелких движений, требующих высокой точности.

Состояние двигательной активности в целом.

1. Обычная, неизменная двигательная активность.
2. Повышение двигательной активности, увеличение скорости и энергичности движений.
3. Резкое усиление двигательной активности, невозможность усидеть на одном месте, суетливость, постоянное стремление ходить, изменять положение тела.

Ощущения со стороны сердечно-сосудистой системы.

1. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений со стороны сердца.
2. Ощущение усиления сердечной деятельности, не мешающее работе.
3. Наличие неприятных ощущений со стороны сердца, резкое учащение сердцебиения. Чувство сжатия в области сердца, покалывания, боли в сердце.

Проявления (ощущения) со стороны желудочно-кишечного тракта.

1. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений в животе.
2. Появление единичных, быстро проходящих и не мешающих работе ощущений со стороны органов пищеварения – подсасывание в подложечной области, чувство легкого голода, периодическое умеренное урчание в животе.
3. Выраженные неприятные ощущения в области живота – боли, снижение аппетита, подташнивание, чувство жажды.

Проявления со стороны органов дыхания.

1. Отсутствие каких-либо ощущений.
2. Увеличение глубины и учащение дыхания, не мешающие работе.
3. Значительные изменения дыхания – одышка, чувство недостаточного вдоха, «комков в горле».

Проявления со стороны выделительной системы.

1. Отсутствие каких-либо изменений.
2. Умеренная активизация выделительной функции – несколько более частое появление желания воспользоваться туалетом при полном сохранении возможности воздерживаться (терпеть).
3. Резкое учащение желания воспользоваться туалетом или невозможность воздерживаться, наличие сильных позывов к мочеиспусканию и др.

Состояние потоотделения.

1. Обычное состояние потоотделения, без каких-либо изменений
2. Умеренное усиление потоотделения.
3. Появление обильного холодного, проливного пота.

Состояние слизистой оболочки рта.

1. Обычное состояние, без каких-либо изменений.
2. Умеренное увеличение слюноотделения.
3. Ощущение сухости во рту.

Окраска кожных покровов.

1. Обычная окраска кожных покровов лица, шеи, рук.
2. Покраснение кожи лица, шеи, рук.
3. Побледнение кожи лица, шеи, рук, появление на коже кистей мраморного (пятнистого) оттенка.

Восприимчивость, чувствительность к внешним раздражителям.

1. Отсутствие каких-либо изменений, обычная чувствительность.
2. Умеренное повышение восприимчивости к внешним раздражителям, не мешающее основной работе.
3. Резкое обострение чувствительности, отвлекаемость, фиксация на посторонних раздражителях.

Чувство уверенности в себе, в своих силах.

1. Обычное, неизменное чувство уверенности в своих силах, в своих способностях.
2. Повышение чувства уверенности в себе, уверенность в успехе.
3. Чувство неуверенности в себе, ожидание неудачи, провала.

Настроение.

1. Обычное, неизменное настроение.
2. Приподнятое, повышенное настроение, ощущение подъема, приятного удовлетворения деятельностью, работой.
3. Сниженное настроение, чувство подавленности.

Особенности сна.

1. Нормальный, обычный сон без каких-либо изменений по сравнению с предшествующим периодом времени.
2. Хороший, полноценный, крепкий освежающий сон накануне.
3. Беспокойный, с частыми пробуждениями и сновидениями сон в течение скольких предшествующих ночей и в том числе накануне.

Особенности эмоционального состояния в целом.

1. Отсутствие каких-либо изменений в сфере эмоций и чувств.
2. Чувство озабоченности, повышенной ответственности за выполняемую работу, появление «азарта», положительно окрашенной «злости».
3. Чувство отчаяния, страха, паники.

Помехоустойчивость.

1. Обычное состояние, без каких-либо изменений.
2. Повышение устойчивости в работе, способность работать в условиях шума, других помех и отвлекающих раздражителей.
3. Значительное снижение помехоустойчивости, неспособность работать при отвлекающих раздражителях.

Особенности речи.

1. Обычная, неизменная речь.
2. Повышение речевой активности, увеличение громкости голоса и ускорение речи без ухудшения ее качественных характеристик (граммотности, логичности).
3. Нарушения речи – появление слишком длинных пауз, запинок, заикания, увеличение количества лишних слов, слишком тихий голос.

Общая оценка психического состояния.

1. Обычное, неизменное состояние.
2. Чувство собранности, повышенной готовности к работе, мобилизованность, подъем душевных и моральных сил, высокий психический тонус.
3. Чувство усталости, несобранности, растерянности, апатии, снижение психического тонуса.

Особенности памяти.

1. Обычная, неизменная память.
2. Улучшение памяти – легко вспоминается то, что необходимо вспомнить в данный момент.
3. Ухудшение памяти.

Особенности внимания.

1. Обычное, без каких-либо изменений внимание.
2. Улучшение способности к сосредоточению внимания, отвлечение от посторонних дел.
3. Ухудшение внимания, несобранность, неспособность сосредоточиться на деле, растерянность, отвлекаемость.

Сообразительность.

1. Обычная, без каких-либо изменений сообразительность.
2. Повышение сообразительности, находчивость.
3. Ухудшение сообразительности, растерянность.

Умственная работоспособность.

1. Обычная, неизменная умственная работоспособность.
2. Повышение умственной работоспособности.
3. Значительное снижение умственной работоспособности, быстрая умственная утомляемость.

Явление психического дискомфорта.

1. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений и переживаний со стороны психической сферы в целом.
2. Единичные, слабо выраженные и не мешающие работе изменения психической деятельности, либо, напротив – чувство психического комфорта, приятные переживания и ощущения.
3. Резко выраженные, многочисленные и серьезно мешающие работе нарушения со стороны психической деятельности.

Степень распространенности (генерализованное) признаков напряжения.

1. Единичные и слабые признаки, на которые не следует обращать внимания.
2. Отчетливо выраженные признаки напряжения, которые не только не мешают деятельности, а, напротив, способствуют ее успешности и продуктивности.
3. Большое количество разнообразных неприятных проявлений напряжения, мешающих работе и наблюдающихся со стороны многих частей тела, органов и систем.

Оценка частоты возникновения напряжения.

1. Напряжение не развивается практически никогда.
2. Напряжение развивается только при наличии реально трудных ситуаций.
3. Напряжение развивается часто и нередко без достаточных на то причин.

Оценка продолжительности состояния напряжения.

1. Весьма кратковременное, не более нескольких минут, быстро исчезает, еще до того, как миновала сложная ситуация.
2. Продолжается в течение всего времени пребывания в условиях сложной ситуации и выполнения необходимой работы, но прекращается вскоре после ее окончания.
3. Большая продолжительность состояния напряжения, не прекращающегося течение длительного времени по миновании сложной ситуации.

Общая оценка степени выраженности напряжения.

1. Полное отсутствие или весьма слабое напряжение.
2. Умеренно выраженное напряжение.
3. Резко выраженное, чрезмерное напряжение.

**Таблица оценок по физическому показателю
физической культуры студента**

Юноши:

Вид	Оценочные показатели (балл)																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Бег (100 м.) / сек.	14.8	14.7	14.6	14.5	14.4	14.3	14.2	14.1	14.0	13.9	13.8	13.7	13.6	13.5	13.4	13.3	13.2	13.1	13.0	12.9
Кросс (2000 м) / мин.	10.3	10.2	10.1	10.0	09.5	09.4	09.3	09.2	09.1	09.0	08.5	08.4	08.3	08.2	08.1	08.0	07.5	07.4	07.3	07.2
Прыжок в длину с места (см.)	180	185	190	195	200	205	210	215	220	224	228	232	236	240	244	248	252	256	260	264
Подтягивание на перекл.(кол.раз)	Вис (40 сек.)	Вис (50 сек.)	Вис (60 сек.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Тест на гибкость (см.)	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	10

Девушки:

Вид	Оценочные показатели (балл)																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Бег (100 м.) / сек.	19.0	18.8	18.6	18.4	18.2	18.0	17.8	17.6	17.4	17.2	17.0	16.8	16.6	16.4	16.2	16.0	15.8	15.6	15.4	15.2
Кросс (1000 м) / мин.	06.0	05.5	05.4	05.3	05.2	05.1	05.0	04.5	04.4	04.3	04.25	04.2	04.15	04.1	04.05	04.0	03.5	03.4	03.3	03.2
Прыжок в длину с места (см.)	128	132	136	140	144	148	152	156	160	164	168	172	176	180	184	188	192	196	200	204
Поднимание туловищ. из полож. лежа (кол-во раз)	32	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70
Тест на гибкость (см.)	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	5	5.5	6	7	7,5	8	9	9,5	10	10,5	11	12	13

Карта компетенций по дисциплине «Физическая культура»
по ФГОС для высших учебных заведений

ОК-1	Владение средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения, в том числе с использованием навыков рефлексии и самоконтроля, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для освоения профессиональных умений в процессе обучения в вузе и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности после окончания учебного заведения
ОК-2	Готовность к взаимодействию с коллегами, к работе в коллективе
ОК-3	Способность выстраивать и реализовывать перспективные линии интеллектуального, культурного, нравственного, физического и профессионального саморазвития и самосовершенствования.
ОК-4	Настойчивость в достижении цели с учетом моральных и правовых норм и обязанностей
ОК-5	Способность и готовность к осуществлению социально значимых представлений и владение знаниями и навыками ведения здорового образа жизни
ОК-6	Умение критически оценивать собственные достоинства и недостатки, выбирать пути и средства развития первых и устранения последних
ОК-7	Способностью работать самостоятельно и в коллективе, руководить людьми и подчиняться
ОК-8	Способность добиваться намеченной цели
ОК-9	Способность использовать методы и средства познания, обучения и самоконтроля для собственного интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья
ОК-10	Осознавать значение гуманистических ценностей для сохранения и развития современной цивилизации; готовность принять нравственные обязанности по отношению к окружающей природе, обществу, другим людям и самому себе
ОК-11	Осознавать сущность и значение информации в развитии современного общества; владеть основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации
ОК-12	Способность владеть культурой мышления, целостной системой научных знаний об окружающем мире, ориентироваться в ценностях бытия, жизни, культуры
ОК-13	Владеть основами законодательства о физической культуре и спорте, методами и средствами физического воспитания для оптимизации работоспособности
ОК-14	Стремиться к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства
ОК-15	Готовность к работе в коллективе, социальному взаимодействию на основе принятых моральных и правовых норм, проявление уважения к людям, готовность нести ответственность за поддержание доверительных партнерских отношений.
ОК-16	Владение навыками анализа своей деятельности и умение применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции (для оптимизации) собственной

	деятельности и психического состояния (ориентирована на направление «Психология»)
ОК-17	Ориентация в системе общечеловеческих ценностей и учет ценностно-смысловых ориентаций различных социальных, национальных, религиозных, профессиональных общностей и групп в российском социуме (ориентирована на направление «Лингвистика»)
ОК-18	Руководство принципами культурного релятивизма и этическими нормами, предполагающими отказ от этноцентризма и уважение своеобразия иноязычной культуры и ценностных ориентаций иноязычного социума (ориентирована на направление «Лингвистика»)
ОК-19	Обладание навыками социокультурной и межкультурной коммуникации, обеспечивающими адекватность социальных и профессиональных контактов (ориентирована на направление «Лингвистика»)
ОК-20	Осознание значения гуманистических ценностей для сохранения и развития современной цивилизации; готовность принять нравственные обязательства по отношению к окружающей природе, обществу и культурному наследию (ориентирована на направление «Лингвистика»)
ОК-21	Владение наследием отечественной научной мысли, направленной на решение общегуманитарных и общечеловеческих задач (ориентирована на направление «Лингвистика»)
ОК-22	Владение культурой мышления, способностью к анализу, обобщению информации, постановке целей и выбору путей их достижения, владение культурой устной и письменной речи (ориентирована на направление «Лингвистика»)
ОК-23	Знание своих прав и обязанностей как гражданина своей страны; умение использовать действующее законодательство; демонстрация готовности и стремления к совершенствованию и развитию общества на принципах гуманизма, свободы и демократии (ориентирована на направление «Лингвистика»)
ОК-24	Понимание социальной значимости своей будущей профессии, обладание высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности (ориентирована на направление «Лингвистика»)
ОК-25	Владение культурой мышления, способность к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения (ориентирована на направление «Баллистика и гидроаэродинамика»)
ОК-26	Умение использовать нормативные правовые документы в своей деятельности (ориентирована на направление «Баллистика и гидроаэродинамика»)
ОК-27	Использование основных положений и методов социальных, гуманитарных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач (ориентирована на направление «Баллистика и гидроаэродинамика»)
ОК-28	Осознание сущности и значения информации в развитии современного общества; владение основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации (ориентирована на направление «Баллистика и гидроаэродинамика»)
ОПК-1	Осознание социальной значимости своей будущей профессии, обладание мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности
ОПК-2	Способность находить организационно-управленческие решения в нестандартных ситуациях и готовность нести ответственность за результаты своей

	профессиональной деятельности
ПК-1	Способность использовать возможности образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса
ПК-2	Готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и во внеурочной деятельности
ПК-3	Способность разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы для различных категорий населения, в том числе с использованием современных информационно-коммуникационных технологий
ПК-4	Осуществление оказания стандартных базовых процедур индивиду, группе, организация психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ориентирована на направление «Психология»)
ПК-5	Применение знаний по психологии как науке о психологических феноменах, категориях и методах изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики (ориентирована на направление «Психология»)
ПК-6	Способность применять знания общих закономерностей происхождения и развития жизни, строения и функционирования клеток, тканей, органов и систем организма, представление о факторах формирования здоровья, защитно-приспособительных процессах, регуляции и саморегуляции в норме и патологии с целью проведения целенаправленных мероприятий по профилактике заболеваний, укреплению, восстановлению здоровья индивида и группы населения (ориентирована на направление «Сестринское дело»).
ПК-7	Способность вести пропаганду здорового образа жизни на основе научного представления о здоровом образе жизни, владение методами, умениями и навыками физического самосовершенствования
ПК-8	Компетентность в вопросах физической культуры, применяемых в профилактике и лечении больных (ориентирована на направление «Сестринское дело»)

Классификация уровней обученности по таксономии Б. Блума
в интерпретации Л.С. Илюшина

Задача	Характеристика	Задание
1	2	3
1. Знание (ознакомление)		
Знать, классифицировать, цитировать, выбирать, проверять, определять, описывать, находить, группировать, полагать, отождествлять, относить к (какой-либо) категории, составлять список, определять место в системе, противопоставлять, называть, выдвигать, пренебрегать, обрисовывать в общих чертах, указывать, напоминать, повторять вновь, повторять наизусть, устанавливать, восстанавливать, говорить, отбирать, показывать, сортировать, образовывать, констатировать, рассказывать, подсчитывать, перемещать, подчеркивать, писать.	Воспоминание идеи или факта, в которых тот же материал отчасти уже был изучен. Уроки вопросов и ответов. Сборники упражнений и таблицы. Плановые конструкции. Воспоминание вещей, ранее прочитанных, услышанных, увиденных. Игры. Поиски информации. Задания на чтение материала дома. Формулировка определений. Игры, направленные на развитие памяти. Проверочные опросы. Вопросы, содержащие один правильный и один неправильный ответ.	Назовите основные части. Сгруппируйте вместе все. Составьте список понятий, касающихся. Расположите в определенном порядке. Изложите в форме текста. Вспомните и напишите. Прочитайте самостоятельно.
2. Понимание		
Понимать, изменять, переделывать, толковать, расширять, смягчать, квалифицировать, преобразовывать, обновлять, вносить разнообразие, интерпретировать, принимать во внимание, аннотировать, определять, демонстрировать, объяснять, разъяснять, делать выводы, обрисовывать в общих чертах, разбирать трудные места, экстраполировать, прогнозировать, вычислять, ожидать, выдвигать, проектировать, предполагать, планировать, доказывать.	Передача идеи новым или каким-либо другим образом. Формирование взаимосвязей (анalogии, сходства). Прогнозирование последствий, изменений. Объяснение используемого метода. Инсценировки «а что, если ...». Демонстрации, выступления и пересказы. Осуществление малых проектов. Оценка «предположим, что ...». Система взаимного обучения учащихся.	Объясните причины того, что. Обрисуйте в общих чертах шаги, необходимые для того, чтобы. Покажите связи, которые, на ваш взгляд, существуют между. Постройте прогноз развития. Прокомментируйте положение о том, что. Изложите иначе (переформулируйте) идею о том, что. Приведите пример того, что (как, где).

1	2	3
3. Применение		
Применять, перенимать, извлекать выгоду, извлекать пользу, потреблять, формировать, классифицировать, приводить, приводить в соответствие, выделять, развивать, оказывать воздействие, разрабатывать, трактовать, мобилизовывать, манипулировать, заниматься, вводить в действие, вводить в употребление, пользоваться, устанавливать связь, решать, пытаться, обсуждать, использовать, обладать, организовывать, действовать в соответствии.	Использование знаний в различных областях для нахождения решения проблем. Применение идей в новых или необычных ситуациях. Имитация, игра в роли, смена роли. Издание. Интервью. Моделирование. Групповая презентация. Проведение экспериментов. Осуществление классификаций. Решение проблем посредством использования уже известной информации. Применение полученных знаний на практике. Обсуждение фактического использования идей.	Изобразите графически информацию. Предложите способ, позволяющий. Сделайте эскиз рисунка (схемы), который показывает. Сравните ... и ..., а затем обоснуйте. Проведите (разработайте) эксперимент, подтверждающий, что. Проведите презентацию. Рассчитайте на основании данных о.
4. Анализ		
Проверять, подразделять, контролировать, обсуждать, дифференцировать, анализировать, рассматривать, выводить, изображать схематически, исследовать, включать, детально изучать, делать выводы, разбирать, аргументировать, отделять, упрощать, выражать в форме силлогизма, разделять, делать обзор, искать, разбивать на части, делать критический обзор, сортировать, испытывать, раскрывать, доказывать, выявлять.	Раскрытие уникальных особенностей. Проведение различий между фактами и предположениями. Оценка уместности данных. Выявление логических ошибок в рассуждениях. Выявление необоснованных допущений. Анализ организационной структуры произведения (в области музыки, живописи, культуры). Сравнение и противопоставление. наброски в общих чертах материала в письменном виде. Выявление проблемы. Составление перечня свойств. Морфологический анализ.	Раскройте особенности. Проанализируйте структуру с точки зрения. Составьте перечень основных свойств..., характеризующих... с точки зрения. Постройте классификацию ... на основании. Найдите в тексте (модели, схеме) то, что. Сравните точки зрения... и ... на. Выявите принципы, лежащие в основе.

1	2	3
5. Синтез		
Смешивать, строить, создавать, комбинировать, компилировать, составлять, конструировать, вызывать, учреждать, постигать, развивать, проектировать, разрабатывать, совершать, формировать, формулировать, порождать, делать, доводить до полного развития, комплектовать, модифицировать, давать начало, производить, планировать, регистрировать, реорганизовывать, переделывать, перестраивать, пересматривать, структурировать, представлять.	Разработка исходного плана. Создание гипотез. Написание хорошо структурированной темы. Написание рассказа, стихотворения или песни. Выдвижение плана для эксперимента. Интегрирование знаний в различных областях в одном плане для решения проблемы. Формулирование новой системы классификации объектов. Выявление новых комбинаций. Постановка целей и задач. Демонстрация того, как идея или продукт могут быть изменены.	Предложите новый (иной) вариант. Разработайте план, позволяющий (препятствующий). Найдите необычный способ, позволяющий. Придумайте игру, которая. Предложите новую (свою) классификацию. Напишите возможный (наиболее вероятный) сценарий развития. Изложите в форме... свое мнение (понимание)...
6. Оценка		
Расценивать, испытывать, принимать, оценивать, присуждать, выносить осуждение, награждать, классифицировать, осуждать, критиковать, заключать, описывать, решать, отличать, выделять, распоряжаться, определять, объяснять, сортировать, интерпретировать, оправдывать, распознавать, отдавать приоритет, устанавливать, исчислять, ранжировать, отрицать, урегулировать, обобщать, поддерживать, взвешивать, сравнивать.	Формирование суждений о фактах или идеях, суждений, которые основаны на внутренних или внешних условиях или критериях. Оценка идей, которые соответствуют каким-либо принятым нормам. Оценка логической последовательности материала, изложенного в письменном виде. Оценка степени адекватности, с которой выводы подтверждаются фактами. Оценка значимости произведения посредством использования внутренних критериев или внешних стандартов мастерства. Выработка критериев оценки. Оценка групповых заданий и театральных представлений. Оценка качества собственных продуктов и идей.	Ранжируйте... и обоснуйте. Определите, какое из решений является оптимальным для. Оцените значимость... для. Определите возможные критерии оценки. Выскажите критические суждения. Оцените возможности... для. Проведите экспертизу состояния.

Анкета для определения уровня ведения здорового образа жизни

по методике Д. Н. Давиденко и В. П. Петленко

1. Если утром вам надо встать пораньше, вы:
 - а) заводите будильник;
 - б) доверяете внутреннему голосу;
 - в) полагаетесь на случай.
2. Проснувшись утром, вы:
 - а) сразу вскакиваете с постели и принимаетесь за дело;
 - б) встаете не спеша, делаете легкую гимнастику и только потом начинаете собираться на работу (учебу);
 - в) увидев, что у вас в запасе еще несколько минут, продолжаете нежиться под одеялом.
3. Из чего состоит ваш обычный завтрак:
 - а) из кофе или чая с бутербродами;
 - б) второго блюда и кофе или чая;
 - в) вы вообще не завтракаете дома и предпочитаете более плотный завтрак часов в десять.
4. Какой вариант рабочего (учебного) распорядка вы бы предпочли:
 - а) необходимость точного прихода на учебу в одно и то же время;
 - б) приход в диапазоне плюс-минус 30 мин;
 - в) гибкий график.
5. Вы предпочли бы, чтобы продолжительность обеденного перерыва давала возможность:
 - а) успеть поесть в столовой;
 - б) поесть не торопясь и еще спокойно выпить чашку кофе;
 - в) поесть не торопясь и еще немного отдохнуть.
6. Как часто в суете служебных (студенческих) дел и обязанностей у вас выдается возможность немножко пошутить и посмеяться с коллегами (однокурсниками):
 - а) каждый день;
 - б) никогда;
 - в) редко.
7. Если вы окажетесь вовлеченными в конфликтную ситуацию, как вы попытаетесь ее разрешить:
 - а) долгими дискуссиями, в которых упорно отстаиваете свою позицию;
 - б) флегматичным отстранением от спора;
 - в) ясным изложением своей позиции и отказом от дальнейших споров.

8. Надолго ли вы задерживаетесь после окончания работы (учебных занятий):

- а) не более чем на 20 мин;
- б) до 1 ч;
- в) более 1 ч.

9. Чему вы обычно посвящаете свое свободное время:

- а) встречам с друзьями, общественной работе;
- б) хобби;
- в) домашним делам.

10. Что означает для вас встреча с друзьями и прием гостей:

- а) возможность встряхнуться и отвлечься от забот;
- б) потерю времени и денег;
- в) неизбежное зло.

11. Когда вы ложитесь спать:

- а) всегда примерно в одно и то же время;
- б) по настроению;
- в) по окончании всех дел.

12. В свободное время вы:

- а) пассивно отдыхаете;
- б) активно отдыхаете;
- в) чередуете отдых с работой.

13. Какое место занимает физическая культура в вашей жизни:

- а) ограничиваетесь ролью болельщика;
- б) делаете зарядку на свежем воздухе, занимаетесь физической культурой не менее 3-х раз в неделю;
- в) находите повседневную физическую нагрузку (без регулярных физических упражнений) вполне достаточной.

14. За последние 14 дней вы хотя бы раз:

- а) танцевали;
- б) занимались физическим трудом;
- в) прошли пешком не менее 4 км.

15. Как вы проводите летние каникулы:

- а) пассивно отдыхаете;
- б) физически трудитесь;
- в) гуляете и занимаетесь физической культурой.

16. Ваше честолюбие проявляется в том, что вы:

- а) любой ценой стремитесь достичь своего;
- б) надеетесь, что ваше усердие обязательно принесет свои плоды;
- в) намекаете окружающим на вашу истинную ценность, предоставляя им возможность делать надлежащие выводы.