

Таким образом, наше исследование позволяет говорить, что использование нетрадиционных подходов к физическому воспитанию может способствовать развитию у дошкольников таких качеств как самостоятельность и ответственность.

1. См.: *Дворкина Н. И.* Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет на основе подвижных игр. М.: Советский порт, 2005. 170 с.

УДК 372.879.6

Е. Ю. Цибина

МОДЕЛЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ В ПОДРОСТКОВОМ ФИТНЕС-КЛУБЕ

В связи с дифференциацией детей и подростков по состоянию здоровья, двигательной активности, интересам и склонностям, проблема проектирования технологий, позволяющих достичь гарантируемого результата в условиях лично ориентированного подхода, приобретает все большую актуальность.

Все деятельностные сферы физической культуры: спортивная подготовка, физическое воспитание, физическое восстановление и рекреация – обладают чертами образовательного процесса, объединяющего в неразрывное целое обучение, развитие и воспитание. Не исключением является и фитнес как направление общей физической подготовки. У старшеклассников наиболее природосообразным видом фитнеса является силовой фитнес. В своей работе мы попытались представить программу занятий силовым фитнесом у старшеклассников в виде образовательной технологии. Она содержит 6 последовательно выполняемых блоков: идеологический, диагностический, целевой, информационный, деятельностный и контролирующий.

При проектировании образовательной технологии мы опирались на ее главные принципы, такие как: активность занимающегося как субъекта; индивидуализация, включающая участие в постановке целей и выборе средств; наличие обратной связи и гарантированный результат, что и будет являться нашим идеологическим блоком.

Диагностический блок представляет собой использование средств определения мотивации, здоровья как степени адаптации, двигательной подготовленности и данных психолого-педагогического наблюдения. Из диагностического блока будет вытекать блок целей (целевой блок).

Особенностью целевого блока в технологии является участие самих занимающихся в конкретизации целей и задач на основе смысловых представлений о деятельности. Предполагается разработать небольшой опросник, использование которого даст представление о видении смысла занятий. Важно побудить занимающихся к самостоятельному поиску таких смыслов, если они еще не определены.

Информационный блок состоит из 3 частей:

1) знания, включающие дидактические единицы: усвоение знаний из динамической анатомии о движениях позвоночника, пояса и верхних конечностей, пояса и нижних конечностей, дозировка, сопутствующие упражнения (растяжка, суставная гимнастика, задания на

координацию), самоконтроль с ведением дневника (пульс утром лежа проснувшись, гибкость, самочувствие);

2) формы представления информации: карточки, мини-лекции, мультимедиа на CD;

3) формы организации взаимодействия: упражнения, обсуждение и анализ в парах, обсуждение с педагогом собственной программы. Основную сложность при разработке информационного блока, по-видимому, будет представлять определение необходимой и избыточной информации о взаимосвязи изменений происходящих в организме и в личности с предстоящей деятельностью, выраженной в доступной для данного возраста форме.

Технологические задачи:

1) упорядочить последовательность усвоения знаний;

2) предъявление материала в виде основных опорных точек.

Деятельностный блок представляет собой действия, выстроенные по алгоритму, выработанному самим занимающимся: понимание механизма воздействия упражнений, выбор оборудования, усвоение правил выполнения, определение нагрузки, выполнение с самоанализом, растяжка мышц и суставная гимнастика, самочувствие, определение пауз отдыха.

Целью контролирующего блока технологии является оценка результатов образовательного процесса при выполнении компетентностно-ориентированных заданий, определение динамики вегетативной регуляции, отражающей адаптацию организма к условиям среды, тестирование знаний и двигательной подготовленности.

Очевидно, что разработка данного проекта, отличающегося расширением содержания занятий, стала возможной благодаря использованию механизмов педагогической интеграции. Таким образом, предпринята попытка спроектировать деятельность старшеклассников в фитнес-клубе, обладающую чертами образовательной технологии.

УДК 796.03-057.87(470.51)

В. Ю. Цой

МОЛОДЕЖЬ И СПОРТ: АНАЛИЗ СОВРЕМЕННОГО СОСТОЯНИЯ (НА ПРИМЕРЕ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ)

Здоровый образ жизни будущего поколения – это одна из самых актуальных проблем сегодняшнего дня. Каждая страна ждет будущего от своего нового поколения, которое будет здоровым, способным работать, защищать Родину, жить в соответствии с требованиями общества и своей индивидуальностью. В этой связи возникает необходимость повышения эффективности управления сферой физической культуры и спорта, что означает более рациональное использование имеющихся возможностей и затрачиваемых усилий для решения кардинальных задач, возникших перед страной и значение решений этих задач на государственном уровне в наши дни неизмеримо возросло.

30 марта 2008 г. вступил в силу новый Федеральный закон от 04 декабря 2007 г. № 239-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее – федеральный закон) [3], который устанавливает правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности в области физической культуры и спорта, определяет основные принципы законодательства о физической культуре и спорте в Российской Федерации. Данный федеральный закон содержит новые подходы к регулированию отношений в области физической культуры и спорта по созданию необходимых условий для развития физической