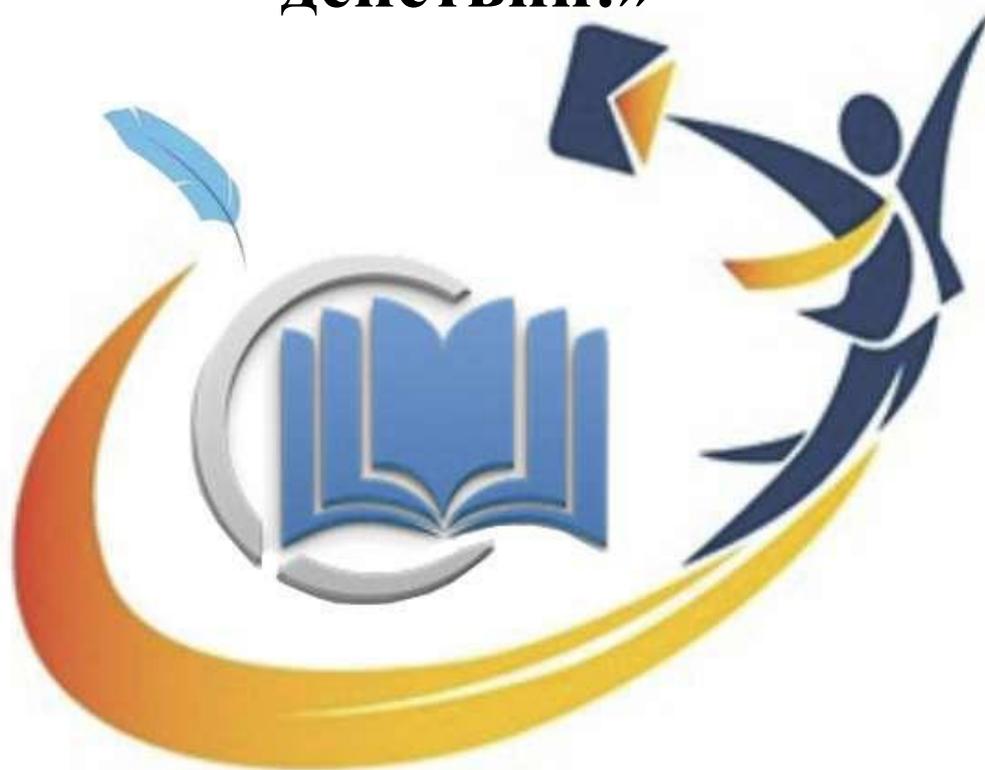




Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

**СБОРНИК I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

СБОРНИК I Научно-практической конференции «Педагогические технологии в действии!»



Пермь, 2016



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

Рецензент: Карташов Сергей Степанович преподаватель КГАПОУ «Пермский строительный колледж», «Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации».

Ответственный за выпуск: Гмырина Ольга Леонидовна, председатель РУМО «Физическая культура и спорт», преподаватель спортивных дисциплин высшей квалификационной категории Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Колледж олимпийского резерва Пермского края».

Настоящий сборник составлен на основе материалов I Научно - практической конференции педагогических работников ПОУ Пермского края, состоявшейся 29 марта 2016 года.

Материалы публикуются в авторской редакции.

Рекомендовано к публикации научно-методическим советом Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Колледж олимпийского резерва Пермского края»



СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Название статьи и автор	Стр.
1	Гмырина Ольга Леонидовна, преподаватель Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Кунгурский центр образования № 1», г. Кунгур, <i>«Дорожное картирование по преемственности обучения по физической культуре в системе «общее образование – СПО - ВПО»</i>	5
2	Желнина Антонида Александровна, преподаватель Краевого государственного автономного профессионального образовательного учреждения «Кунгурский сельскохозяйственный колледж», г. Кунгур, <i>Всё Что Новое – Хорошо Забытое Старое (ВФСК «ГТО»)</i>	11
3	Мальгинов Роман Сергеевич, преподаватель Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Кунгурский центр образования № 1», г. Кунгур, <i>Современный подход в профессионально-прикладной подготовке через упражнения с отягощениями</i>	15
4	Останин Алексей Александрович, преподаватель Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Соликамский политехнический техникум», г. Соликамск, <i>Разработка и практическое использование инновационных методик обучения в системе спортивной подготовки</i>	17
5	Пушанова Любовь Юрьевна, преподаватель Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Пермский колледж транспорта и сервиса», г. Пермь, <i>Эффективность использования программы по настольному теннису в ПОУ</i>	24



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

№ п/п	Название статьи и автор	Стр.
6	Рудова Валентина Антоновна, преподаватель Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Коминский политехнический техникум», г.Кудымкар, <i>Декады физкультуры и спорта, как средство активизации спортивно-массовой работы в техникуме</i>	27
7	Румянцева Светлана Васильевна, преподаватель Краевого государственного автономного профессионального образовательного учреждения «Пермский торгово-технологический колледж», г.Пермь, <i>Возрождение комплекса ГТО</i>	31
8	Щербинина Любовь Федоровна, преподаватель Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Пермский колледж транспорта и сервиса», г. Пермь, <i>Электронное Портфолио Предметной (Цикловой) Комиссии Колледжа</i>	35



ДОРОЖНОЕ КАРТИРОВАНИЕ ПО ПРЕЕМСТВЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СИСТЕМЕ «ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ – СПО – ВПО

*Гмырина Ольга Леонидовна
ГБПОУ «КЦО № 1», г.Кунгур*

Проблема преемственности обучения – одна из самых актуальных проблем современного образования. Преемственность в педагогическом процессе рассматривается как связь между ступенями образования: общего - среднего профессионального и высшего профессионального.

Актуальность данной проблемы очевидна. Так, например, на сегодняшний день в учреждении, где я работаю, наряду с профессиональным образованием реализуется обучение по основным общеобразовательным программам. Наличие различных образовательных ступеней в одном учреждении предоставляет шикарную возможность обеспечить внутреннюю преемственность обучения и затем выйти на внешнюю с высшим профессиональным образованием, разработав единую образовательную систему по подготовке специалистов по физической культуре и спорту. Необходимость такой работы обуславливается дефицитом специалистов в сфере физической культуры и спорта в г. Кунгуре.

Гипотеза заключается в том, что преемственность обучения можно осуществить через разработку образовательного маршрута.

Объект исследования – преемственность обучения по физической культуре в системе «ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ – СПО - ВПО».

Предмет исследования – стратегия взаимодействия между ступенями образования.

Цель исследования – разработать модель взаимодействия между ступенями образования по направлению преемственности обучения по физической культуре.

Задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую литературу.



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

2. Разработать стратегию взаимодействия.
3. Разработать образовательный маршрут (дорожную карту), который определяет **новизну работы**.

Практическая значимость исследования заключается в использовании разработанного проекта другими образовательными учреждениями.

Исследование организуется на базе двух учреждений: Кунгурского центра образования и Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Взаимодействие между учреждениями осуществляется на основании устного соглашения, а в дальнейшем на основании договора о базовой площадке.

Пользуясь проектным методом мы разработали модель преемственности образования. Проект долгосрочный. Но первые промежуточные сроки обозначены следующие: декабрь 2014 г. - 2017 г.

Проект предусматривает 4 этапа:

1. Подготовительный.
2. Стратегический.
3. Практический.
4. Обобщающий.

Цель проекта – разработать модель преемственности образования в системе «ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ – СПО - ВПО» по направлению подготовки бакалавров по физической культуре в виде образовательного маршрута (дорожной карты).

Задачи проекта:

1. Разработать образовательный маршрут (дорожную карту).
2. Определить направления и формы взаимодействия.

Итак, рассмотрим все этапы проекта подробнее.

На подготовительном этапе через анализ литературы изучены разные модели преемственности образования. Составлен план реализации проекта.

Проведен анализ ресурсного обеспечения проекта.



Просчитаны всевозможные риски и пути их решения.

На стратегическом этапе был сделан сравнительный анализ учебных планов СПО по специальности 050141 "Физическая культура", которая открыта в нашем образовательном учреждении и высшего профессионального образования по специальности 050100 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура».

Учебные планы проанализированы по представленным разделам.

Анализируя **учебный план СПО** мы выявили, что на базовую часть выделено 70,5% часов, вариативную часть-29,5%. На аудиторные занятия запланировано – 67,2% часов, самостоятельную работу студентов – 32,8%.

Изучение методик по разным видам спорта объединено в одну дисциплину «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки», а в вузе все методики изучаются отдельно.

Профессиональный цикл разделяют на общепрофессиональные дисциплины и профессиональные модули. Такого деления в вузе нет.

Анализируя **учебный план ВПО** мы установили, что на базовую часть выделено 66% часов, вариативную часть-34%. На аудиторные занятия запланировано – 42% часов, самостоятельную работу студентов – 48%. В вузе практики больше на 540 часов.

Спектр дисциплин учебного плана ВПО намного шире, чем СПО. Это объясняется наличием дисциплин по выбору студента (11 дисциплин) и наличием факультативов, чего нет в учебном плане СПО.

Отличительной особенностью учебного плана ВПО является расширенная вариативная часть, которая включает в себя 10 новых дисциплин и у нескольких дисциплин количество часов увеличено для углубления знаний студентов. Поэтому, говоря о преемственности обучения, можно с уверенностью утверждать, что



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

дублирования обучения не будет. А погружение в специальность будет основательнее.

Нами разработан образовательный маршрут, в основу которого положены непрерывность образования, преемственность, устранение дублирования, укрепление междисциплинарных связей, последовательность профессиональных программ.

Выбраны направления и формы взаимодействия через **внутреннюю и внешнюю преемственность** образования.

Раскроем суть **внутренней преемственности**: общее образование - СПО.

Уже в **начальных классах** можно выявить детей, способных в сфере физической культуры через диагностику и анкетирование.

Помимо уроков физической культуры, которые проходят 3 раза в неделю, с учащимися 3 раза в неделю занимаются тренеры спортивных школ. Таким образом, младшие школьники имеют возможность ежедневно заниматься физической культурой.

Комплектация **спортивного 5 класса** будет проводиться на основании результатов диагностики уровня физической подготовленности выпускников начальной школы.

К 9 классу необходимо сориентировать одаренных учащихся, имеющих склонность к педагогическому профилю в **спортивно-педагогический класс**.

Обязательным условием для девятиклассников, желающих поступить в профильный класс – это участие в школьной олимпиаде по физической культуре, а также сдача экзамена по физической культуре.

С учащимися 10–11-х классов осуществляется профильное обучение.

Физической культуре в профильных классах отведена приоритетная роль. Увеличен объем учебных занятий по этому предмету до 4-х часов в неделю.



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

Введены два дополнительных часа в целях совершенствования в избранном виде спорта.

Учитывая, что формирование личности специалиста начинается в школьные годы, необходимо осуществлять планомерную и целенаправленную допрофессиональную подготовку учащихся старших классов к поступлению на физкультурные специальности.

Особую роль в организации работы по преемственности обучения на ступени «СПО-ВПО» играет совместная педагогическая деятельность образовательных учреждений.

Стратегия взаимодействия развивается в следующих направлениях:

Со стороны СПО:

- проводит профессиональную ориентацию учащихся на педагогическую профессию и обеспечивает качественный прием выпускников;
- обеспечивает качественное обучение базовым и профильным общеобразовательным предметам, на элективных курсах; повышение уровня подготовки обучающихся и адаптацию их к вузовской системе обучения;
- разрабатывает совместно с вузом учебно-методический комплекс;
- создает методическую базу для прохождения студентами педагогической практики;
- привлекает на договорных условиях профессорско-преподавательский состав вуза для работы в профильных классах.

Со стороны ВПО:

- проводит профессиональную ориентацию обучающихся на педагогическую профессию и обеспечивает качественный прием выпускников СПО по специальности «Физическая культура» по всем формам обучения;
- организует на базе СПО педагогическую практику студентов;



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

- оказывает содействие в обеспечении квалифицированными педагогическими кадрами;
- допускает выпускников СПО к досрочным вступительным экзаменам в вуз;
- организует элективные и подготовительные курсы с учетом разницы в учебных планах;
- оказывает методическую помощь.

Практический и обобщающий этапы в перспективе проекта до 2017 года. Они предусматривают внедрение образовательного маршрута в образовательный процесс и обобщение опыта.

Нами разработан проект по преемственности образования. Результатом проекта стал образовательный маршрут, который предстоит реализовывать. Несмотря на долгосрочность проекта, можно предположить, что гипотеза подтвердится после апробации образовательного маршрута.

В перспективе планируется создание УМК на всех уровнях образовательного маршрута, внедрение образовательного маршрута и выявление его эффективности.

Список источников:

1. Колодезников К.С., Колодезникова М.Г., Колодезникова С.И. Современные подходы к созданию многоуровневой системы подготовки кадров по физической культуре и спорту в условиях региона. Вектор науки ТГУ. 4(7). 2011
2. Кустов Ю.А. Принципы и организационно-педагогические условия формирования целостной социально-профессионально компетентности личности./ Под ред. Кустов Ю.А. Учебное пособие для магистратов по курсу «Организация профессиональной педагогической деятельности психолого-педагогического направления» - Тольятти, 2010 г.



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

3. Кулинич А.В. Преемственность в системе среднего специального образования и ВУЗа/Алтайский государственный аграрный университет.
4. Преемственность в образовании // Педагогическое обозрение № 9, 2011
5. Сантьев Л.В. Непрерывность и преемственность./ Томский областной институт повышения квалификации и переподготовки работников образования. / Томск, 2010 г.
6. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ

ВСЁ ЧТО НОВОЕ – ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ (ВФСК «ГТО»)

*А.А. Желнина
КГАПОУ «КСХК», г. Кунгур*

Те, кто учился в школе еще до распада Советского Союза, помнят три заветные буквы — ГТО, или «Готов к труду и обороне» — программу физической и культурной подготовки, которая основывалась на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения. И значкистов ГТО в то время было больше половины страны, и каждый был готов к труду и обороне!

Возрождение Комплекса в условиях современной России началось с издания Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющего о вводе в действие комплекса с 1 сентября 2014 года.

Современный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

При этом, как подчеркнул министр образования и науки РФ Дмитрий Ливанов, начиная с 2015 года помимо результатов ЕГЭ, при поступлении в высшие учебные заведения будут учитывать и результаты сдачи норм ГТО. Кроме того,



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

Ливанов заявил, что в российских школах не должно быть учеников, освобожденных от занятий физической культурой. Ливанов уверен, что заниматься спортом обязаны все, однако, каждый – в соответствии со своими возможностями по состоянию здоровья

Организаторы проекта ГТО считают возрождение комплекса ГТО в учебных заведениях принципиально важным для формирования у молодого поколения целеустремлённости и уверенности в своих силах.

Возвращение ГТО в Россию востребовано временем и социальными факторами. Оно позитивно встречено большинством россиян. Здоровье народа бесценно, и его фундамент закладывается, в том числе и подобными общегосударственными мероприятиями регулярного характера.

Ответная реакция на возвращение ГТО для каждого молодого человека может быть своя. Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский знак ГТО. Кто-то хочет попробовать достичь конкретного результата и проверить свою силу воли и настойчивость. А кто-то просто привык быть первым в учёбе и спорте. Все люди разные. Однако, у всех, кто добровольно решил пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта, – целеустремлённость. Именно эта черта является наиболее важной для людей XXI века. Только целеустремлённые и физически подготовленные люди смогут добиваться успеха в условиях конкуренции на рынке труда.

Результаты ежегодного входного мониторинга, куда входит оценка физических качеств на скорость, силу, выносливость и скоростно-силовую, не самые утешительные. Студенты 1 курса показывают низкий уровень физической подготовки. 2013 год – качество составило 44,7%, средний балл – 3,7. 2014 год – качество – 43,5%, средний балл – 3,4. 2015 год – качество – 42,9%, средний балл – 3,2. Соответственно и уровень здоровья низкий. У большинства имеются отклонения в здоровье. Всё меньше абитуриентов приходит в учебное заведение с



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

основной медицинской группой. Вне всякого сомнения, комплекс ГТО способен всколыхнуть физкультурно-спортивное движение не только в стране и ее регионах, но и в нашем колледже.

Студенты нашего колледжа активно принимают участие во Всероссийском движении «Спорт для всех», в рамках которого ежегодно проводятся Всероссийская лыжная гонка «Лыжня России», Всероссийский бег «Кросс нации». Физкультурно-оздоровительная и спортивная работа в колледже движется в ногу со временем. С 2014 года на базе колледжа организуются и проводятся краевые соревнования «Спортивный праздник «Золотой значок», с участием команд – студентов учебных заведений Пермского края. В программу входит 4 упражнения: бег на короткую и длинную дистанцию, силовое упражнение у юношей подтягивание из виса, девушки – сгибание и разгибание рук в упоре лежа на контактной платформе и прикладное упражнение – метание снаряда (гранаты).

В этом учебном году, в связи с поэтапным внедрением ВСФК ГТО, в нашем колледже была проведена агитационная работа и студенты проявили личную инициативу по реализации данного проекта в нашем учебном заведении. Обучающиеся колледжа принимают участие в сдаче норм ГТО в центрах тестирования города Кунгура и уже показали не плохие результаты. Из общего количества участников – 61% выполнили нормы от бронзового до золотого значка. Студенты 4 курса специальности «Информационные системы» приняли участие в краевом конкурсе «Выбирай здоровье» с видеороликом и плакатом на тему «Физкультура. Здоровье. ГТО». Также студенты участвовали в межмуниципальном конкурсе исследовательских работ «Молодежь. Наука. Творчество.». Одна из работ, представленная на конкурсе называлась «От самостоятельной работы физической культурой до значка ГТО» и заняла 1 место в секции «Человек и здоровье». Авторы студенты 3 курса специальности «Электрификация сельского хозяйства» описали



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

свой опыт по разработке физкультурно-оздоровительной программы для достижения цели – значок ГТО.

Решить проблемы повышения уровня здоровья и формирования физических, морально-волевых качеств и патриотического воспитания молодежи в целом, помогают проводимые в колледже традиционные мероприятия, такие как: мемориальный турнир по баскетболу памяти война – интернационалиста В.Г. Фадеева, военно-спортивная игра «Юный патриот», интеллектуально-спортивная игра «Игра – дело серьезное», спортивный праздник «Фестиваль спорта».

Занятия физкультурой и спортом разворачиваются на фоне двигательной нагрузки и общения в коллективе под руководством тренера, преподавателя. Именно это общение является фактором формирования нравственных качеств занимающихся, в соответствии с правилами и распоряжениями, студенты учатся управлять своими действиями, соотносить их с действиями других. Так укрепляется воля, вырабатывается дисциплинированность, ответственность перед коллективом, чувство долга, гордость за успехи команды и т.д.

Физическая культура и спорт, являясь одной из граней общей культуры, во многом определяют поведение человека в учебе, на производстве, в быту, в общении, способствуют решению социально – экономических, воспитательных и оздоровительных задач.

Список источников:

1. Пузырь Ю.П. Управление физическим воспитанием в образовательных учреждениях на основе мониторинга физического состояния: автореф. дис. канд. пед. Наук / Ю.П. Пузырь. – М., 2006. – 23 с.
2. Здоровье и физическая культура студента: учеб. пособие / под ред. В.А. Бароненко. - М.: Альфа – М.: ИНФРА – М, 2006. – 352 с.
3. Ильинич В.И Физическая культура студента / В.И Ильинич.- М.:Гардарики, 2000. – 145с.



СОВРЕМЕННЫЙ ПОДХОД В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ПОДГОТОВКЕ ЧЕРЕЗ УПРАЖНЕНИЯ С ОТЯГОЩЕНИЯМИ

Мальгинов Р.С.,
ГБПОУ «КЦО № 1», г. Кунгур

В комплексной программе по физическому воспитанию есть раздел «Профессионально - прикладная физическая подготовка». Это подчеркивает значение физического воспитания для подготовки обучающихся к будущей трудовой деятельности.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) - это одно из основных направлений современной системы физического воспитания, которое должно формировать прикладные знания, физические и специальные качества, умения и навыки, способствующие достижению объективной готовности человека к успешной профессиональной деятельности.

Профессионально - прикладная физическая подготовка (ППФП) - органическая часть общей системы физического воспитания. Она направлена на развитие профессионально значимых физических качеств и психофизиологических функций. Преподавателю физической культуры, планируя работу, следует учитывать требования, которые предъявляет профессия к работнику. Это позволяет сформулировать задачи, определить средства профессиональной физической подготовки, формы, сроки контроля ППФП

Выбор профессии - важный шаг, совершаемый человеком в юном возрасте. Найти дело по душе, обрести уверенность в себе, стать профессионалом - процесс длительный, требующий от человека огромных усилий. Правильный выбор профессии позволяет реализовать свой потенциал, избежать разочарования, оградить себя и свою семью от нищеты и неуверенности в завтрашнем дне

ППФП позволяет достигнуть высоких результатов в профессиональной деятельности ППФП проводится на основе разносторонней физической подготовки



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

студентов и, являясь специализированным видом подготовки, должна обеспечивать психофизическую готовность к выполнению определенных видов работ, характерных для представителей отдельных профессиональных групп, специальностей и даже профессиональных специализаций. Таково место ППФП в современной системе физического воспитания.

Задачи ППФП:

- ✓ ускорение профессионального обучения
- ✓ достижение высокой работоспособности и производительности труда
- ✓ рациональная организация труда и использование средств для активного отдыха
- ✓ предупреждение (коррекция) неблагоприятных воздействий некоторых видов деятельности.

В программах средних специальных учебных заведений ППФП обязательна. Ее содержание зависит от профиля учебного заведения.

Методика подбора средств ППФП студентов:

Подбор средств ППФП студентов в каждом отдельном случае решается спортивно-оздоровительными службами самостоятельно. Эти средства ППФП можно объединить в следующие группы: прикладные физические упражнения и отдельные элементы из различных видов спорта, целостное применение прикладных видов спорта, оздоровительные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные средства, обеспечивающие рационализацию и качество учебного процесса по разделу ППФП.

Основная концепция обучения в профессионально-прикладной подготовке студентов – личностно-ориентированный и компетентностный подход.
Индивидуальная линия развития студента

- Взаимодействие студентов со сверстниками
- Включение студентов в спортивную деятельность



- Организация взаимодействия учащихся с учителем
- Игровая деятельность студентов
- Соревновательная деятельность студентов

Специальные комплексы по:

- технике поднятия тяжестей,
- формированию осанки
- укреплению всей мышечной системы

Применение упражнений с гирями является важным структурным элементом в ППФП в среде обучающихся.

Туристическая деятельность – одно из направлений профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Активный отдых является одним из массовых оздоровительных мероприятий ППФП.

РАЗРАБОТКА И ПРАКТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ МЕТОДИК ОБУЧЕНИЯ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

*Останин Алексей Александрович
г.Соликамск, ГБПОУ «СПТ»*

Сегодняшний спортсмен должен быть умным, образованным, четко понимать и представлять, что и зачем он делает на тренировках, прогнозировать свои результаты на соревнованиях .

Теория и практика физической культуры вплотную связаны с инновационной деятельностью. Это разработка новой концепции физического воспитания профессиональных спортсменов, создание обновленной системы подготовки, переход от архаичных методик к передовым методам сопровождения деятельности спортсменов на всех этапах.



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

Применение инновационных технологий характерно не только для профессионального спорта. Новые технологии и методики тренировки применяются при физической подготовке студентов в техникумах. Благодаря этому достигается грамотное развитие физических способностей и пробуждению интереса у студентов к занятиям физкультурой.

В рамках традиционной организации физического воспитания нет возможности для реализации индивидуального подхода, который необходим, поскольку речь идет о здоровье молодых людей. Кроме того, традиционная организация физического воспитания не ориентирована на возможность выбора студентом вида физической активности. Отсутствие выбора не стимулирует интереса к занятиям. Поэтому для преподавателей физической культуры становится все более актуальным вводить новые методики занятий что бы заинтересовать студентов. К новым методикам можно отнести использования нетрадиционных видов спорта в учебной практике.

Многие нетрадиционные виды спорта дошли до нас из глубокой древности. К ним можно отнести восточные системы физических упражнений. Одной из таких систем является хатха-йога.

Хатха-йога – это древняя индийская духовная практика, учение о физической гармонии. Одна из основных целей хатха-йоги, состоит в том, чтобы привести тело к состоянию полного здоровья. Занятие йогой соединяют в себе методы достижения искусства напряжения и расслабления мышц, основанные на формуле: растяжение, релаксация, глубокое дыхание, усиленная циркуляция крови и концентрация. Знаменитые “асаны” йоги – не просто принятие различных замысловатых поз и расслабления, а настоящая сложная техника контроля над телом и концентрации внимания на нём.

Таким образом, применение хатха-йоги в учебной практике позволяет:

- Развивает гибкость и физическую силу студентов.



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

- Легко комбинировать йогу с другими упражнениями.
- Доступность для студентов специальной медицинской группы.
- Упражнения оказывают релаксирующее и успокаивающее воздействие.

Помимо нетрадиционных видов спорта в учебном процессе так же активно используются виды спорта относительно новые и набирающие популярность. Например, скандинавская ходьба.

Скандинавская ходьба – высокоэффективный вид физической активности, в котором используются определенная методика занятия и техника ходьбы при помощи специально разработанных палок.

Скандинавская ходьба привлекает миллионы поклонников своей простотой и доступностью. Тем самым завоевывая миллионы поклонников. Этот вид физкультуры не требует больших энергетических затрат, но при этом задействует больше мышечных групп, чем классическая ходьба. Большой плюс скандинавской ходьбы в том, что заниматься ею можно в любом месте, в любых условиях и при любой физической подготовке. В настоящее время активно внедряется на туристических базах, в санаториях и домах отдыха по всей России.

Эффекты от занятий скандинавской ходьбой:

- Поддерживает тонус мышц одновременно верхней и нижней частей тела.
- Тренирует около 90 % всех мышц тела.
- Уменьшает при ходьбе давление на колени и позвоночник, что немаловажно для людей, имеющих проблемы с суставами.
- Улучшает работу сердца и легких, увеличивает пульс на 10-15 ударов в минуту по сравнению с обычной ходьбой.
- Идеальна для исправления осанки и решения проблем шеи и плеч.
- Улучшает чувство равновесия и координацию.

Простота и доступность в освоение, эффективность, делает скандинавскую ходьбу приятным дополнением к тренировочному процессу студентов. Согласно



опросам студентов ВУЗов, применяющих данный альтернативный вид спорта в учебном процессе, скандинавская ходьба завоевывает все большую популярность среди учащихся.

Мало кто из нас знает, что такое скиппинг. Но оказывается это новомодное иностранное слово означает физические упражнения со скакалкой, чаще всего – прыжки. Скиппинг входит в состав обязательных тренировок для спортсменов разных видов спорта. Одним из важных достоинств скиппинга является его доступность и непритязательность. Купить скакалку очень просто, стоит она недорого, и кроме этого места для занятий требуется совсем немного. Скакалку надо подбирать с учетом возраста, роста и веса. А еще важно, чтобы соседи снизу лояльно относились к вашим тренировкам, хотя лучше тренироваться на свежем воздухе.

Польза скиппинга:

- Серьезная физическая нагрузка, которая может заменить длительные занятия. Кеннет Купер, являющийся специалистом в области физиологии и разработчиком множества программ для физической активности, утверждает, что прыжки через скакалку на протяжении 10 минут могут заменить трехкилометровую прогулку на велосипеде.
- Прыжки через скакалку укрепляют сердечно-сосудистую систему. Скиппинг входит в упражнения для улучшения обмена веществ.
- Здоровые легкие. Интенсивные прыжки помогают легким очиститься от токсинов.
- Тренировка для мышц. Хотя многим скакалка кажется слишком простым тренажером, но на самом деле с ее помощью можно улучшить форму мышцы бедер и икр, улучшить тонус всего организма, сформировать правильную и красивую осанку, плавность и координацию движений, гибкость.



Стретчинг – это упражнения на растяжку и гибкость. Растяжка мышц ног — один из основных элементов данной дисциплины. Регулярные упражнения на растяжку не дадут мышцам и суставам утратить подвижность и тем самым предотвратят старение. Стретчинг обязательно входит в состав комплексной подготовки профессиональных спортсменов и применяется как отдельное направление оздоровительной и лечебной гимнастики. Данная дисциплина позволяет чередовать напряжение и расслабление мышечных тканей, что способствует быстрому снятию напряжения в мышцах и восстановлению сил.

Итак, регулярные упражнения на гибкость и растяжку это:

- Проработка всех мышц тела, даже тех, которые во время обычных занятий в фитнес-зале не работают;
- Устранение напряжения и болевых ощущений в различных частях тела путём снятия мышечных и нервных блоков;
- Стимуляция сердечно-сосудистой системы: особенно полезна в этом смысле активация периферических артерий и вен, что устраняет застойные явления и предотвращает такие болезни как атеросклероз, тромбоз;
- Омоложение тела путём возвращения ему естественной гибкости;
- Всегда прямая осанка и подтянутый, стройный вид;
- Улучшение настроения, повышение самооценки, ощущение комфорта и удовлетворения.

В конце хотелось бы уделить внимание еще одной инновационной методике – скайраннингу. Официально скайраннинг является одним из видов альпинизма. По сути же это бег по горной местности, на большой высоте, которая может достигать двух и более тысяч метров над уровнем моря. Рельеф местности должен быть не выше второй категории, а уклон – не превышать 40 градусов.

Федерация высотного спорта выделяет несколько официальных видов скайраннинга. Наиболее сложным из них является скаймарафон, в котором



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

необходимо преодолевать дистанцию от 30 до стандартных марафонских 42 километров. Максимальная высота маршрута может достигать 4000 метров над уровнем моря, а сам маршрут прокладывается по сложным участкам – перевалам, тропам и заснеженным скалам.

На высоте от 2 до 4 километров над уровнем моря проводится еще один вид скайраннинга – Skyrace, или «небесная гонка». Дистанция здесь меньше, чем в марафоне, и достигает 20-30 километров. Технические условия бега такие же, как и в марафоне.

Самая короткая дистанция используется в vertical kilometer – разновидности скайраннинга, соревнования при которой проводятся на высоте ровно в один километр. Длина дистанции – до 5 тысяч метров.

Кроме того, существует масса неофициальных видов скайраннинга, которые различаются как по продолжительности дистанции, так и по ее расположению над уровнем моря. Все эти разновидности объединяет общий смысл данного вида спорта – скоростной подъем в горах.

Общим признаком также является и амуниция спортсменов, которая включает в себя специальную альпинистскую одежду с функциональными слоями, кроссовки, снабженные кошками, и трекинговые палки. Множество разновидностей этого вида спорта и сравнительно небольшие требования к экипировке спортсменов делают его одним из наиболее доступных в мире.

Для тех, кто давно занимается альпинизмом или просто любит горы, скайраннинг станет отличным приложением сил и энергии. Существует возможность не только вблизи увидеть великолепные горные пейзажи и побывать в местах, в которых довольно редко ступает нога человека, но и значительно улучшить свои физические данные, развить в себе отличные черты характера, такие как силу воли и целеустремленность, стать сильнее, выносливее и здоровее.



История учит, что развитие физической культуры и спорта представляет собой объективный, закономерный процесс в жизни человеческого общества. История физической культуры и спорта показывает, как на различных ступенях развития человечества изменения, происходящие в области физической культуры и спорта, обуславливаются определённым образом производства, политикой, культурой, наукой. В духовном творчестве народа ведущие общественные деятели, педагоги, врачи и учёные черпают свои идеи, средства и формы, создавая научные системы и методы физической культуры и спорта. Благодаря спортивным инновациям людям становится интереснее, легче и доступнее заниматься спортом. А так же, возможно самое главное, добиваться высоких результатов и получать удовольствие.

Список источников:

1. Родькин Д.А., Колпакова Е.М. Инновационные технологии физического воспитания и спортивной тренировки [Электронный ресурс]. URL: <http://eduherald.ru/137-13723> (дата обращения: 15.03.2016)
2. Скайраннинг [Электронный ресурс]. URL: <http://geekrunner.org/general/skajranning> (дата обращения: 15.03.2016)
3. Стретчинг – делаем тело гибким и стройным [Электронный ресурс]. URL: <http://vashsport.com/chto-takoe-stretching/> (дата обращения: 15.03.2016)
4. Хатха-йога [Электронный ресурс]. URL: <http://samopoznanie.ru/schools/hatha-yoga/> (дата обращения: 15.03.2016)
5. Хотимченко А.В., Бурьянова А.А. Оздоровительные технологии в обучении студентов с использованием нетрадиционных средств физической культуры [Электронный ресурс]. URL: <http://infourok.ru/uchebnoe-posobie-ozdorovitelnie-tehnologii-v-obuchenii-studentov-s-ispolzovaniem-netradicionnih-sredstv-fizicheskoy-kulturi-920917.html> (дата обращения: 15.03.2016)



6. Что такое скиппинг [Электронный ресурс]. URL: <http://neoglavnom.com/poleznie-soveti/gimnastika-i-uprazhneniya/chto-takoe-skipping> (дата обращения: 15.03.2016)

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОГРАММЫ ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ В ПОУ

*Пушанова Любовь Юрьевна,
ГБПОУ «ПКТuС», г.Пермь*

В настоящее время всем учреждениям профессионального образования представлено право самостоятельно самим, создавать программу подготовки обучающихся по виду спорта в частности настольному теннису. Основанием для создания образовательных программ служат документы Федерального стандарта.

Получения право самостоятельно создавать образовательные программы, требуют не только соответствие с регламентирующими документами, но и постоянную проверку, и корректировку, предложенной программы, на эффективность, и соответствие результатов обучения по предложенной программе, нормативам Федерального стандарта спортивной подготовки по настольному теннису, является актуальностью данной темы.

Научно обоснованный анализ результатов, достижений теннисистов группы обучающихся с требованиями Федерального стандарта на базе ГБПОУ ПКТС проводится в первые.

Поэтому целью данной работы является обоснованность целесообразности использования разработанной программы, где объектом служит эффективность применения программы по настольному теннису ГБПОУ ПКТС.

Эффективность выполнения нормативов Федерального стандарта спортивной подготовки по настольному теннису, обучающимися группы и обучающихся по



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

разработанной программе педагогического коллектива ГБПОУ ПКТС и есть предмет проделанной работы.

На начальном этапе работы была предположена гипотеза, что будет выявлено соответствие или не соответствие различных разделов программы (общей физической подготовки, специальной физической подготовки и технической подготовки), требованиям Федерального стандарта.

Для достижения поставленной цели были выполнены задачи, как: изучение литературы по данной теме; проведение учебно-тренировочного процесса теннисистов группы обучающихся; проведен сравнительный анализ выполнения нормативов (ОФП, СФП, ТТП) с требованиями государственного федерального стандарта в начале и в конце учебно-тренировочного годового процесса; выявлена целесообразность применения программы в целом.

Где применялись методы теоретического анализа литературы, тестирование, сравнительный анализ.

Как любая программа, программа предложенная ПКТС требует систематического анализа полученных, в результате использования предложенной программы, результатов. Согласно требованиям Федеральных стандартов спортивной подготовки требований к содержанию, закону об образовании, закону о физической культуре и спорту, требуется постоянное обновление всех разделов программы в соответствии с нормативами, установленными государственными требованиями.

Определение эффективности предложенной программы обучения теннисистов базовым элементам игры осуществлялось посредством анализа результатов контрольных тестов, показанных обучающимися, входящими в экспериментальную группу, в начале и конце эксперимента. Контрольные тесты включали в себя выполнение: общая физическая подготовка, специальная - физическая подготовка, технико – тактическая подготовка. Тестирование проводилось в начале и конце



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

учебного года, на базе ПКТС. Для обработки результатов, показанных обучающимися, входящими в экспериментальную группу, сравнили результаты, полученные в начале учебного года, с результатами, полученные в конце учебного года с требованиями федерального стандарта по настольному теннису. После первоначального тестирования был проведен анализ результатов, показанных теннисистами. Следовательно, в начале исследования экспериментальная группа по общей физической подготовке, специально – физической подготовке, технико - тактической подготовке, показателям отличалась, от показателей которые есть в федеральном стандарте. Далее осуществлялось проведение тренировочных занятий с экспериментальной группой по предложенной нами программе обучения базовым элементам игры. После окончания эксперимента было проведено повторное тестирование экспериментальной группы. Сравнительный анализ результатов тестирования после завершения исследования с помощью тестирования показал, что в экспериментальной группе достоверные: общая физическая подготовка, специальная – физическая подготовка, технико – тактическая подготовка. Следовательно, в конце исследования произошли достоверные улучшения общей физической подготовке, специально – физической подготовке, технико – тактической подготовке показателей экспериментальной группы по отношению к началу работы.

Проанализировав эффективность предложенной программы, в заключение можно сказать следующее:

Разработанная программа по настольному теннису ГБПОУ ПКТС позволяет выполнить абсолютно большинство нормативов Федерального стандарта по настольному теннису. Все разделы программы обеспечивают выполнение требований стандартов.

В то же время программа обеспечивает в разной степени выполнение требований Федерального стандарта настольного тенниса:



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

- разделе «Общая физическая подготовка» программа наиболее эффективна, позволяет развивать такие качества как: разностороннее развитие физических качеств, функциональных возможностей систем организма спортсмена, слаженность их проявления в процессе мышечной деятельности. Эта сторона подготовки играет первостепенную роль в повышении общего уровня функциональных возможностей организма, комплексном развитии физической работоспособности применительно к широкому кругу различных видов деятельности и систематическом пополнении фонда двигательных умений и навыков спортсмена.

- разделе «Специальная физическая подготовка» программа наиболее эффективна, позволяет развивать такие качества как: ловкость, сила, быстрота, гибкость, выносливость.

- разделе «Технико – тактическая подготовка» программа наиболее эффективна, позволяет развивать такие качества как: эмоциональная устойчивость спортсмена, возможность высокой работоспособности, оперативному приему, анализу информации, принятию к исполнению решения.

Данная программа по подготовке обучающихся по настольному теннису требует дальнейшей реализации в ГБПОУ ПКТС и может быть рекомендована для практической реализации в других образовательных учреждениях.

**ДЕКАДЫ ФИЗКУЛЬТУРЫ И СПОРТА, КАК СРЕДСТВО
АКТИВИЗАЦИИ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ В
ТЕХНИКУМЕ**

*Рудова Валентина Антоновна
ГБПОУ «КППТ», г.Кудымкар*

Современное состояние общества, высокие темпы его развития представляют всё новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Желание



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

сохранить здоровье – важнейшая социальная потребность человека, необходимое условие полноценной жизни, высокой творческой и профессиональной активности. Среди первокурсников 88% имеют отклонения в состоянии здоровья, при этом нередки случаи наличия у одного учащегося 2-3 заболеваний. Специалисты отмечают нарастания психосоматических нарушений и хронических заболеваний у учащихся от 1-го к 3-му курсу. Не являются исключением в этом плане и обучающиеся нашего техникума:

- от физической подготовки по состоянию здоровья освобождены 5% обучающихся;

- после прохождения медицинского осмотра и постановки на воинский учёт, только 40% годны к службе в вооружённых силах России без ограничений в здоровье, остальные призываются на службу с ограничениями;

- после прохождения диспансеризации ежегодно выявляется до 26% обучающихся страдающих дистрофией (недобор веса).

Из года в год среди первокурсников увеличивается количество учащихся, уже имеющих различные отклонения в здоровье. Следовательно, процесс обучения должен строиться не за счёт ресурсов здоровья молодого человека, а быть направлен на его сохранение и укрепление за счет увеличения двигательной активности. Одной из форм сохранения и укрепления здоровья обучающихся, является их приобщение к занятиям в спортивных секциях и кружках, что позволяет в значительной степени увеличить их двигательную активность. За последние годы наблюдается тенденция снижения числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях. Как показывает наблюдение, и анкетирование у 62 % обучающихся не сформирована культура здорового образа жизни.

В нашем учебном заведении, где 83 % контингента составляют юноши, из которых до 35 % уже имеют вредные привычки (курение, употребление спиртных напитков) со школы, проблема формирования здорового образа жизни через



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

приобщение к систематическим занятиям физкультурой и спортом, очень актуальна. Такая работа требует использование не только традиционных форм и методов, но и применение в своей работе новых форм.

Одной из удачных форм решения данной проблемы считаю проведение тематических декад по физической культуре и спорту, которые предполагают разные виды деятельности обучающихся и апробацию новых видов спортивных состязаний. В качестве организаторов таких мероприятий привлекаю обучающихся из числа ведущих спортсменов техникума. Такой подход может изменить ситуацию в мотивации обучающихся к участию в мероприятиях и посещению секций. Особая роль в реализации такого подхода отводится членам комиссии «Спорт-здоровье-красота», работающих в Совете техникума. В Декаде «Чемпионы среди нас» в 2013/14 учебном году работа велась по следующим направлениям: знакомство биографиями знаменитых спортсменов округа через сбор информации, организацию встреч, проведение интеллектуальных игр, спортивных соревнований, турниров, конкурсов. В 2014/15 в содержание Декады «Путь к Олимпу» вошли Олимпийские зимние виды спорта.

При проведении декад моя роль руководителя физического воспитания переходит к роли куратора, консультанта, создающего условия для социально-практической деятельности обучающихся.

В ходе проведения декады:

- Увеличился охват обучающихся мероприятиями декады
2013 – 2014 – 256 чел. (46%),
2014 – 2015 – 462 чел. (75,4%),
2015 – 2016 – 628 чел. (95%);
- Увеличилось число обучающихся – организаторов мероприятий
2013 – 2014 – 12 чел,
2014 – 2015 – 25 чел.,



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

2015 – 2016 – 29 чел.;

- Проведены мастер-классы с ведущими спортсменами города: И. Беглеровым – мастером спорта Международного класса, чемпионом мира по самбо, Д. Мехоношиным – руководителем по футбольному фристайлу, мастером спорта по прыжкам с трамплина Стефанией Надымовой и с многими другими.

- Оформлен и постоянно обновляется фотостенд «Чемпионы среди нас» о призерах – обучающихся, участников окружных и краевых соревнований;

- Подготовлена печатная продукция социально – творческой деятельности учебных групп: буклеты о знаменитых спортсменах–чемпионах округа;

- Прослеживается положительная динамика в уровне развития личности учащихся: научились оформлять собранную информацию в буклеты (элементы компьютерного дизайна); демонстрируют интересные факты из жизни ведущих спортсменов округа, из истории олимпийских игр; умеют организовать и провести соревнования, турниры, встречи, конкурсы;

- По окончании декады, обучающиеся и преподаватели дали оценку проведенным мероприятиям. Отзывы со всех сторон - положительные;

- Увеличилось число обучающихся, посещающих секции в городе;

Такая форма работы способствует созданию ситуации успеха, формированию положительной мотивации к учебной дисциплине «физическая культура» в целом, тем самым снижая эмоциональную напряжённость, улучшая комфортность взаимоотношений всех участников образовательного процесса и созданию мотивации обучающихся. Всё это позволяет утверждать, что исключительно важна роль физической культуры, в формировании личности обучающихся, их интересов и творческих способностей, в совершенствовании двигательных и психофизиологических качеств, в укреплении здоровья и профилактики заболеваний подрастающей молодежи.



Список источников

1. Ахутина, Т.В. Здоровье сберегающие технологии обучения: индивидуально ориентированный подход / Т.В. Ахутина // Школа здоровья. - 2010. - Т. 7. -№2. - С. 21 – 28.
2. Валеология: диагностика, средства и практика обеспечения здоровья / под ред. И.И. Брехмана. - СПб.: Наука, 1993. - 269с.

ВОЗРОЖДЕНИЕ КОМПЛЕКСА ГТО

*Румянцева Светлана Васильевна
КГАПОУ «ПТТК», г.Пермь*

*Знак «ГТО»
На груди у него.
Больше не знают
О нем ничего*

Эти строчки из «Рассказа о современном герое» С.Маршака на самом деле мало что скажут современному подрастающему поколению о ГТО. Одним из популярных и, наверное, спорных явлений Советского Союза были нормы ГТО, но кто бы что ни говорил, как бы это ни обсуждалась – нормы были и сдавали их все, от мала до велика. Но давайте по порядку.

Тридцатые годы прошлого века стали одними из ключевых для истории нашей страны. Люди наконец смогли ощутить созидательное начало в самых различных областях. Одно из таких начал было предложено «Комсомольской правдой». В 1930 году от Комсомольцев поступило предложение: установить спортивные нормы-минимумы для каждого, кто должен быть готов к труду и обороне.

В 1931 году предложение превратилось в полноценную государственную программу физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

и спортивных организациях. Сама программа была поделена на две части: БГТО («Будь готов к труду и обороне») – для учащихся по 8 класс. И просто ГТО для всех кто старше. Обе программы были поделены на возрастные ступени: от 10 до 60 лет. За сдачу нормативов вручались всеми любимые в союзе значки. За успешную сдачу вручался золотой значок, за менее успешную серебряный.

В 1972 специальным постановлением ЦК КПСС и Совета Министров СССР введён новый комплекс ГТО. В каждой из пяти ступеней нового комплекса ГТО дано свое название: 1-я ступень – «Смелые и ловкие», 2-я ступень – «Спортивная смена», 3-я ступень – «Сила и мужество», 4-я ступень – «Физическое совершенство», 5-я ступень – «Бодрость и здоровье». Просуществовала система норм ГТО до 1991 года. Союз распался, значки ушли на задний план.

24 марта 2014 г. вышел Указ Президента Российской Федерации о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне». В нем говорится о том, что для дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта в Российской Федерации с 1 сентября 2014 г. вводится в действие Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

В настоящее время тема возрождения ГТО является актуальной, так как содержит нормативную основу физического воспитания и является критерием определения уровня физической подготовленности.

Сравним нормы ГТО 1972г. и 2014г:

➤ Первое чего, коснулся новый формат – это 11 возрастных ступеней (возраст от 6-8 лет до 70 лет и старше), их стало больше. Если раньше первоклассник и восьмиклассник должны были пробежать стометровку за одно время или прыгнуть в длину на одинаковое расстояние. То сейчас поступили умнее, ступеней много и соответственно бегущего акселерата четырнадцати лет против десятилетнего доходяги мы не увидим.



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

- Изменениям подверглись испытания и сами нормы. Главным образом – их стало меньше. Классические бег, прыжки, подтягивания – остались.
- Вместо двух значков станет три. Золотой, серебряный и бронзовый.
- Ну и старых добрых советских плакатов «Молодежь – на стадионы!» и «Хочешь быть таким – тренируйся!», мы скорее всего не увидим. Придется рисовать новые.

Сравним испытания III ступень – «Сила и мужество» и V ступень (возрастная группа 16 до 17 лет) – ступень которая приравнивается к 1-2 курсу обучения в колледже:

- увеличилось количество испытаний вместо 10 стало 11. Пять испытаний полностью повторяют ГТО СССР;
- часть испытаний стали проще: плавание 50м. вместо 100м. Стрельба с 10м. вместо 50м. и 25м.;
- часть сложнее: кросс 2км. и 3 км. вместо 500м. и 1км.;
- большое внимание уделили испытаниям на гимнастику, теперь в ГТО есть: поднимание туловища и наклон вперед;
- бег на 100 метров – небольшое упрощение норматива у юношей и сильные упрощения у девушек;
- прыжок в длину с места - сильное упрощение у юношей до 18% для золотого значка и наоборот сильно усложнен до 20% у девушек норматив для серебряного значка;
- метание снаряда – норматив практически не изменился у юношей, у девушек норматив сильно упростили;
- бег на лыжах – для юношей и девушек норматив стал сложнее;
- подтягивание для юношей – норматив усложнился для серебряного значка и практически не изменился для золотого;



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

➤ сгибание и разгибание рук, лежа в упоре для девушек – сильно усложнился для золотого значка и практически не изменился для серебряного.

При сравнении одинаковых испытаний можно сказать:

➤ Получение серебряного значка стало легче: нормативы уменьшили, количество испытаний снизили до семи;

➤ Нормативы для юноши в целом снизили;

➤ Нормативы для девушек стали сложнее в испытаниях на выносливость и гимнастику;

➤ Получение золотого значка практически не изменилось, испытаний стало на 1 меньше, нормативы стали сложнее – теперь нужно все 8 нормативов сдать на уровень золотого значка (в СССР 2 норматива можно было сдать на уровень серебряного).

После 23 лет забвения ГТО возвращается в школы, в колледжи и высшие учебные заведения, в жизнь каждого гражданина, занимая важные позиции в качестве показателя успеваемости.

Более двадцати последних лет учебные программы по физической культуре строились без учета задач и содержания комплекса ГТО. Внедрение нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в практику учебных заведений потребует совершенствования федеральных государственных образовательных стандартов образования и программ (их содержания, структуры и учебных нормативов) по дисциплине «Физическая культура», поиска новых форм и методов практической работы. На мой взгляд важным представляется вопрос доступности, согласованности и увязки контрольных нормативов как основы процесса педагогического контроля, направленного на повышение эффективности физического воспитания.

От себя хочу сказать, что это прекрасная инициатива Путина, одна из лучших. ГТО в том или ином виде давно пытаются возродить в регионах. Не



секрет, что физическое состояние наших сограждан мягко говоря далеко от идеального, особенно пугает статистика заболевания среди детей, и развитие ГТО именно как мотивирующей системы физического развития и укрепления здоровья может стать одним из краеугольных камней в решении проблем «здоровья нации». Я думаю надо думать над тем, как в рамках федеральных и региональных планов мы можем поддержать внедрение и развитие комплекса ГТО на местном уровне, не скатываясь в формализм, а создать реально работающий механизм.

ЭЛЕКТРОННОЕ ПОРТФОЛИО ПРЕДМЕТНОЙ (ЦИКЛОВОЙ) КОМИССИИ КОЛЛЕДЖА

*Щербинина Любовь Федоровна,
ГБПОУ «ПКТuС», г. Пермь*

Формирование новых моделей управления образованием в условиях широкомасштабного использования информационно-телекоммуникационных технологий входит в целевую программу развития среднего профессионального образования (далее СПО). Для достижения результата выдвинута задача по приведению содержания и структуры профессионального образования в соответствие с потребностями рынка труда, адекватных мировым тенденциям и потребностям труда.

Методическая работа в образовательном учреждении системы СПО решает задачи в содействии становлению интегральных личностных характеристик, которые и выступают как непосредственные показатели профессионального развития человека.

Таким образом, в качестве показателя профессионального развития человека выступает портфолио. Оно отражает перспективу педагогического роста,



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

определения области самосовершенствования. Педагогическая философия портфолио предполагает интеграцию количественной и качественной оценки деятельности человека, смещение акцента на достижение успеха и самооценку. Портфолио позволяет учитывать результаты, достигнутые педагогом в разнообразных видах деятельности — обучающей, воспитательной, творческой, самообразовательной.

Основная цель портфолио — проанализировать и представить значимые профессиональные результаты, обеспечить мониторинг профессионального роста педагога. Кроме персонального портфолио можно выделить портфолио микроколлективов. В нашем случае это портфолио предметной (цикловой) комиссии (далее ПЦК).

Предметная (цикловая) комиссия колледжа объединяет преподавателей по предметному обучению. Каждый преподаватель имеет индивидуальный опыт обобщения педагогической деятельности и профессионального роста. Задачей председателя ПЦК является обобщение опыта работы коллектива преподавателей, оценка реализации плана работы, оценка эффективности методов обучения студентов в освоении профессиональных и общих компетенций ФГОС.

Опыт работы ПЦК дисциплин Физическая культура, ОБЖ и БЖД над портфолио невелик, но ежегодное обобщение результатов и их систематизация поможет выстроить целенаправленный подход к обучению и воспитанию студентов колледжа.

ПЦК имеет свою методическую тему: «Развитие профессионального мастерства педагогов как средство повышения качества образования», которая является одной из звеньев реализации методической темы колледжа.

Современное электронное портфолио — это попытка передать идеи с помощью текста, изображений и всего набора мультимедийных возможностей - звука, анимации и др. Оно означает упорядоченную совокупность деятельности



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

педагогов под руководством председателя ПЦК, чтобы целенаправленно выстраивать, корректировать деятельность микроколлектива в решении общепедагогических задач в учебном процессе, воспитании обучающихся.

Портфолио ПЦК является не только современной эффективной формой оценки результатов деятельности преподавателей, но и способствует:

- мотивации к личным достижениям, повышению педагогического мастерства;
- приобретению опыта к деловой конкуренции;
- обоснованной реализации самообразования, самосовершенствования для развития профессиональной компетентности;
- выработке умения объективно оценивать уровень своих профессиональных компетентностей, решать общие задачи;
- повышению конкурентоспособности в коллективе.

Следует отметить, что председатель и члены ПЦК должны видеть в портфолио диагностический инструмент, который демонстрирует и оценивает профессиональный и личностный рост каждого педагога в процессе преподаваемой дисциплины. Портфолио рассматривается не как конечный продукт, а как процесс оценивания. Поэтому портфолио ПЦК представляет собой банк документов, где хранится определённый объем информационного материала и служит надежной совокупной информацией для контроля и самоконтроля.

Портфолио расположено на информационно-образовательном портале «Автоматизированная система управления учебным процессом», который установлен на сервере колледжа и доступен с любого компьютера, находящегося в локальной сети. Таким образом, к просмотру портфолио имеется доступ педагогическим работникам и студенческим коллективам. Данная система позволяет вносить в портфолио изменения и дополнять информацию сопровождающуюся документами, фотографиями, видеосюжетами и др.



***I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»***

Для удобства пользования содержание портфолио ПЦК систематизировано и имеет следующую структуру:

1. Общие сведения. В данном разделе представлена информация о педагогическом составе ПЦК (должность, образование, стаж работы, повышение квалификации, график аттестации).

2. Нормативные документы:

- планы работы ПЦК;
- контрольные экземпляры всей действующей учебно-методической документации, входящей в круг деятельности комиссии;
- отчеты, протоколы заседаний, решения и др. документы отражающие деятельность ПЦК.

3. Профессиональная деятельность преподавателя.

- учебно-методическая документация, разработанная преподавателем. Например: рабочие программы, методические рекомендации, аналитическая документация и др.;

- методический фонд разработок (конспекты уроков, мероприятий, лекций, дидактического материала);

- видеофрагменты открытых уроков (материалы урока, анализ посещенных уроков и т.д.)

- публикации;

- материалы выступлений;

- материалы организации и проведения мероприятий;

- материалы участия в профессиональных конкурсах.

4. Результаты учебной деятельности. Представляется сравнительный анализ успеваемости и качества обучения студентов, их участие в научно-практической деятельности, олимпиадах по дисциплине.



5. Результаты внеурочной деятельности. Достижения студентов в мероприятиях, конкурсах, соревнованиях различного уровня.

Создание портфолио преследует также ряд частных целей:

1. Проследить эволюцию профессиональной педагогической деятельности.
2. Систематизировать учебные материалы и наработки для демонстрации работодателю.
3. Продемонстрировать достижения коллегам.
4. Показать способ организации учебного курса.
5. Послужить основой для участия в конкурсных и грантовых программах.
6. Способствовать расширению методического диапазона образовательного учреждения

Инновационная форма обобщения опыта в виде электронного портфолио в большей степени стала актуальной при аттестации преподавателей и переходе учебных заведений на обучение по Федеральным государственным образовательным стандартам.

В электронном портфолио отражены «отсканированные» документы на бумажном носителе в виде справок, отчетов, таблиц, грамот, сертификатов, свидетельств и т.д.

Электронный вариант портфолио имеет ряд преимуществ – это красочность, наглядность, интерактивность, возможность быстрого перехода с одного раздела в другой.

Можно сделать вывод, что роль современных технологий скорее следует рассматривать как необходимое условие развития профессиональных компетентностей педагога, помогает решать важные педагогические задачи, такие как поддержка мотивации к преподаваемой дисциплине, стремление к самосовершенствованию (самообразованию), повышение способности к самооценке



**I НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕЙСТВИИ!»**

своих результатов в учебном процессе, развитие рефлексивных и оценочных навыков.

Список источников:

1. <http://ag-tiksi.ucoz.ru/news/2008-04-29-17>
2. <http://filipovatn.narod.ru/portfolio.htm> (Мосина А.В., Лещенко О. С.