

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ
И ТУРИЗМУ ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ
УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ
КАФЕДРА СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ И ФИЗИЧЕСКОЙ
РЕАБИЛИТАЦИИ

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ И СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СПОРТСМЕНОВ

Материалы Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием
(Челябинск, декабрь 2013 г.)

УДК 796.01 : 612 (075.8)
ББК Ч510я73, Ч510.76

Актуальные проблемы подготовки и сохранения здоровья спортсменов: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 40-летию кафедры спортивной медицины и физической реабилитации (г. Челябинск, 20 декабря 2013г.) / Под ред. Е.В. Быкова. – Челябинск: УралГУФК, 2013. – 656 с.

ISBN 978-5-93216-421-1

Рецензенты:

Сабирьянов А.Р. – д.м.н., профессор, зав. каф. физической реабилитации и спортивной медицины Южно-Уральского государственного медицинского университета;

Шибкова Д.З. – д.б.н., профессор, зав. каф. анатомии, физиологии человека и животных Челябинского государственного педагогического университета

Ответственный за выпуск:

Быков Е.В. – доктор медицинских наук, профессор, зав. каф. спортивной медицины и физической реабилитации УралГУФК

Сборник включает тексты научных статей участников Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Актуальные проблемы подготовки и сохранения здоровья спортсменов».

Представлены актуальные материалы по проблемам и перспективам подготовки спортсменов, оценки их функционального состояния, эффективности применяемых средств восстановления. Материалы сборника представляют интерес для ученых и практиков в области спорта, адаптивной физической культуры.

Материалы, включенные в настоящий сборник, даны в авторской редакции с минимальными правками.

При перепечатке материалов ссылка обязательна.

ISBN 978-5-93216-421-1

© Уральский государственный университет физической культуры, 2013
© Коллектив авторов

БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Байгужина О.В., Байгужин П.А.
ЧГПУ, г. Челябинск, Россия

Известно, что целевая установка дисциплины «Физическая культура» в основной образовательной программе подготовки бакалавра по педагогическому направлению указывает не столько на формирование культуры физической, сколько на организацию культуры здоровья и безопасного образа жизни студента – будущего учителя, родителя. В то время как воспитание способности направленного использования средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности, на наш взгляд более узкая, но конкретная задача. Не уточняя результаты освоения дисциплины в виде комплекса знаний, умений и владений – соответствующих компетенций, следует указать на ее уникальность, которая определяется, кроме того, разнообразием межпредметных связей. Последние обеспечивают, на наш взгляд, универсальность и истинно прикладной характер дисциплины.

На естественно-технологическом факультете Челябинского государственного педагогического университета (ЧГПУ) «Физическая культура» преподается всем студентам очной формы обучения в формате групповой и индивидуальной деятельности на лекционных и практических занятиях в объеме 400 часов. Известно, что ведущим звеном в структуре физического воспитания студента является мотивационный компонент, который определяет направленность личности, стимулирует и мобилизует ее на проявление активности. Свободный выбор физкультурно-спортивных занятий, свидетельствует о наличии у человека сознательного, активного интереса, в том числе к физическому самосовершенствованию.

Достаточный уровень саморегуляции и самоконтроля современных студентов факультета с одной стороны [1], а также мотивация и интерес к занятиям физической культурой – с другой, позволили разработать и внедрить в практику оценивания комплексной подготовленности балльно-рейтинговой системы. Балльно-рейтинговая система оценивания как система формирования количественной оценки качества освоения образовательной системы основана на подсчете баллов, «заработанных» студентом, в ходе освоения всех видов учебной деятельности (табл. 1). Итоговая форма контроля по дисциплине – «зачет». Для получения «зачета» студент должен набрать не менее 100 баллов. При этом критерием оценки является обязательная сумма баллов в следующих разделах: посещаемость лекций и практических занятий, сдача контрольных упражнений, мониторинговые исследования, а также участие в соревнованиях.

Внедрению балльно-рейтинговой системы оценивания подготовленности студентов по дисциплине «Физическая культура» способствовала модернизация спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы кафедры физического воспитания ЧГПУ, которая заключалась, в том числе, в расширении программы вузовской Спартакиады. Сегодня программа включает в себя 14 (!) видов: шахматы, легкоатлетический кросс, перетягивание каната, скиппинг (групповые прыжковые упражнения со скакалкой), волейбол, русский жим, дартс, общая физическая подготовка (комплекс упражнений, включающих прыжок в длину с места, вставание в сед из положения лежа, сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки), сгибание и разгибание рук в висе (юноши), прыжки со скакалкой), лыжные гонки, мини-футбол, баскетбол, пулевая стрельба, легкая атлетика, лапта.

Совместно с сотрудниками научно-исследовательской лаборатории «Адаптация биологических систем к естественным и экстремальным факторам среды» ЧГПУ разработан и внедрен в балльно-рейтинговую

систему оценивания «Паспорт здоровья студента». Активная работа студента в данном направлении позволяет существенно повысить свой рейтинг.

Таблица 1

Виды деятельности в балльно-рейтинговой системе оценивания комплексной подготовленности студентов по дисциплине «Физическая культура» и их результативность в баллах

Раздел	Тип	Вид деятельности	Количество баллов			
Учебная деятельность		Учебные занятия (посещаемость)	1 занятие = 2			
		Тестирование (теория)	75-100% = 3	61-74% = 2	50-60% = 1	
		Подготовка реферативной работы	Оценка реферата (по положению)			
	Контрольные упражнения		Бег 300 м (дев.), с; 500 м (юн.), с	Оценивается по специально разработанной таблице оценки уровня физической подготовленности (по 5-ти балльной шкале).		
			Бег 100 м, с			
			Прыжок в длину с места, см			
			«Пресс» (кол-во повторений/мин)			
			Прыжки на скакалке на двух ногах, количество повторений за 1 мин			
			«Отжимание» (дев.), количество повторений			
			«Подтягивание» (юн.), количество повторений			
			Комплекс ОРУ на месте на 32 счета (качество выполнения)			
			Комплекс ОРУ в движении			
			Контрольное упражнение по разделу учебной программы (игровые виды)	первая попытка = 3 вторая попытка = 2 третья попытка = 1		
Бонус за рекорд в контрольном упражнении			в учебной группе = 1	на курсе = 2	на факульт. = 3	
Спортивно-массовая	Участие в	Факультетские (2 балла)	I место = 4	II = 3	III = 2	
		Внутривузовские соревнования (4 балла)	I место = 5	II = 4	III = 3	

работа	соревнованиях	«Внешние» соревнования (6 баллов)	I место = 5	II = 4	III = 3
		Участие в «группе поддержки»	1 (за каждое соревнование)		
	соревнованиях	Судейство (в т.ч. помощник судьи)	Фак-т 2	Внутри вузовск . 4	«внешн » 6
		Тренировочные занятия (внеучебные)	1 занятие = 2		
Физкультурно-оздоровительная	«Паспорт здоровья»	Участие в обследовании состояния здоровья	2		
		Подготовка отчета по результатам обследования	3		
		Разработка индивидуальной программы коррекции состояний	5		
	Мероприятия	«День здоровья», «Кросс наций», «Лыжня России», «Веселые старты» и др.	3		
		Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни	5		
		Участие в целевых конкурсах	I место = 4, II место = 3, III место = 2		

В целях обеспечения и реализации принципа вариативности – базового в балльно-рейтинговой системе оценивания подготовленности, разработано положение «О реферате» как варианта отчета по самостоятельной работе студента. Актуальными в свете балльно-рейтинговой системы оценивания для студентов стали результаты самостоятельной работы, которая проводится в следующих формах: 1. участия в спортивных праздниках факультета, вуза; 2. подготовки и участия студентов к соревнованиям факультета, вуза; 3. участие в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях; 4. подготовки к тестированию по теоретическому разделу, реферата, а также отчета по результатам обследования.

Анализ результатов внедрения балльно-рейтинговой системы оценивания комплексной подготовленности студентов естественно-технологического факультета ЧГУ позволяет констатировать повышение качества преподавания дисциплины, что выражено в активизации самостоятельной (познавательной) работы студента и объективизации оценки его подготовленности (теоретической, физической и функциональной). Среди положительных эффектов выделяем удачный вариант формирования адекватной самооценки и стимуляции систематической учебной деятельности студента.

Список литературы

1. Байгужин, П.А. Особенности психогаммы студенток педагогического университета / П.А. Байгужин // Современные исследования социальных проблем. – 2012. – № 3. – URL: <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2012/3/bayguzhin.pdf>.

СОДЕРЖАНИЕ

- Анисимова Д.И., Горбунова В.В., Булычева М.А., Сивкова О.В.**
Институт психологии, ПГППУ, г. Пермь, Россия
Психолого-физиологическая характеристика адаптации первоклассников в школе с дополнительным уроком плавания.....3
- Арутюнян Т.Г., Третьякова Л.С., Астахов А.Б.**
Сибирский государственный аэрокосмический университет имени академика М.Ф. Решетнева,
Сибирский Федеральный университет, г. Красноярск Россия,
Общеобразовательное учреждение лицей № 2, г. Красноярск, Россия
Общеобразовательная школа № 91, г. Красноярск, Россия
О результатах реализации авторской красноярской городской программы «мониторинг физического здоровья и физической подготовленности школьников».....11
- Байгужина О.В., Байгужин П.А.**
ЧПУ, г. Челябинск, Россия
Балльно-рейтинговая система оценивания подготовленности студентов педагогического вуза по дисциплине «Физическая культура».....18
- Батаговская Т.А., Василенко Ф.И.**
УралГУФК, г. Челябинск, Россия
Оздоровительная физкультура лиц пожилого возраста, ранее активно занимавшихся физической культурой и спортом.....23
- Беляева О.В., Гурова Н.В., Головина Л.Г., Кретова И.Г.**
Самарский государственный университет, г. Самара, Россия
Роль физической культуры в формировании здоровья и воспитании гармонично развитой личности у студентов очной и заочной форм обучения.....32
- Бикметова А.Ф., Кравец-Абдуллина А.В.**
Башкирский институт физической культуры (филиал УралГУФК), г. Уфа, Россия
Исследование уровня ситуативной тревоги у акробатов 10–12 лет в женской тройке в различных видах композиций.....39
- Билькевич А., Быков Е.В. ***
Центр альтернативной медицины Института им. Вингейта, г. Нетания, Израиль
*УралГУФК, г. Челябинск, Россия**
Интеграция традиционных и альтернативных методов коррекции состояния здоровья в подготовке специалистов-кинезитерапевтов для спортивной медицины и адаптивной физической культуры.....42