

Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. - 2023. - Т. 18. - № 3. - С. 95-102. EDN: STFIRP

3. Дорошенко, Э.Ю. Управление технико-тактическим мастерством спортсменов в игровых командных видах спорта с учетом игрового амплуа / Э.Ю. Дорошенко // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. - 2011. - № 10. - С. 23 - 27. EDN: OGIINT

4. Ефимова-Комарова, Л.Б. Реализация метода моделирования на базе спортивных игр, как универсального средства развития качеств, необходимых в профессиональной деятельности и социализации личности / Л.Б.Ефимова-Комарова, В.Ю. Ефимов-Комаров // В сборнике: Научная сессия ГУАП: Гуманитарные науки. Сборник докладов научной сессии, посвященной Всемирному дню авиации и космонавтики. - СПбГУАП, 2021. - С. 148-151. - EDN: HRQSCA

5. Иванова, М.В. Влияние темперамента на выбор вида двигательной активности студентов / М.В.Иванова, О.А. Сухостав // В сборнике: Современные исследования - 2017. Сборник статей по материалам Международных научно-практических конференций. под общей редакцией А.И. Вострецова. Нефтекамск, 2017. - С. 88-91. - EDN: XWJBTA

6. Лихачев, О.В. Управление физической нагрузкой на основе оперативного контроля на рекреационных занятиях спортивными играми / О.В. Лихачев // Теория и практика физической культуры. - 2007. - № 10. - С. 46-48. EDN: MZIPCH

УДК 796.015.6

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ КОМПЛЕКСНОГО КОНТРОЛЯ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АРМРЕСТЛИНГОМ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Е.В. Фомина

Казанский (Приволжский) федеральный университет

Аннотация. Цель работы: Найти способ максимизировать эффективность подготовки студентов, занимающихся армрестлингом, в рамках одной системы.

Методика исследования: Разработка стандартной единой технологии получения объективной информации для принятия управляющих решений.

Контингент испытуемых: Студенты, занимающиеся армрестлингом в вузе.

Основные результаты: Выявление необходимости индивидуализации подготовки спортсменов, наличие перспективы работы с надежными испробованными алгоритмами подготовки студентов-спортсменов.

Ключевые слова: Комплексность контроля, системность контроля, индивидуализация, алгоритм, подготовка.

METHODOLOGICAL PROBLEMS OF INTEGRATED CONTROL IN THE TRAINING SYSTEM OF STUDENTS ENGAGED IN ARM WRESTLING AT A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

Fomina E. V.

Kazan (Volga Region) Federal University

Annotation. The purpose of the work: Find a way to maximize the effectiveness of training students engaged in arm wrestling within one system.

Research methodology: Development of a standard unified technology for obtaining objective information for making management decisions.

The contingent of subjects: Students engaged in arm wrestling at the university.

Main results: Identification of the need to individualize the training of athletes, the prospect of working with reliable proven algorithms for the training of student-athletes.

Keywords: Complexity of control, systematic control, individualization, algorithm, preparation

ВВЕДЕНИЕ

Система управления процессом подготовки студентов, занимающихся армрестлингом в высшем учебном заведении, основывается на динамических характеристиках подготовленности, а именно

закономерности формирования вызванных тренировочной нагрузкой состояний определяют структуру данной системы управления.

Одним из принципов управления является принцип оптимальности. Применительно к управлению технической и тактической подготовкой студента, занимающегося армрестлингом, данный принцип реализуется при выборе минимально необходимой и достаточной тренировочной нагрузки для достижения максимального результата. В теории этот тезис сомнения не вызывает. На практике нет достоверной оценки качества процесса управления, так как она может быть получена только с помощью формализованной модели управляемой системы. В настоящее время такой модели не существует, следовательно, не существует и возможности выбрать из нескольких вариантов наилучший, чтобы доказать, что выбранный вариант — наилучший. Однако, это не значит, что процесс управления на данном уровне формализации не может быть оптимизирован. Принцип оптимальности является дополнением основного, общего принципа управления — принципа обратной связи. Именно обратная связь способствует уменьшению неопределенности в управляемой системе, что в конечном итоге и позволяет считать ее управляемой.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Наиболее эффективным средством управления подготовкой спортсмена - армрестлера, снижающим уровень неопределенности в оценке состояния атлета, является комплексный контроль - полная и разносторонняя информация о динамических характеристиках подготовленности – оперативных, текущих, этапных, которые позволяют принимать объективные управляющие решения по коррекции тренировочной нагрузки на этапе макроцикла, микроцикла и на тренировочном занятии.

Принципиально это положение может быть представлено в виде замкнутой схемы, где конечный результат каждого предыдущего этапного комплексного контроля является началом последующего этапного комплексного контроля, а текущий комплексный контроль и оперативный комплексный контроль — внутренние циклы этапного комплексного контроля. Комплексный контроль — это целостная, замкнутая система получения, переработки и представления информации для принятия управляющих решений.

Методом исследования является разработка стандартной единой технологии получения объективной информации для принятия управляющих решений, в связи с этим необходимо выделить ряд задач, решение которых будет способствовать созданию единой технологии:

1. Определение основных системных характеристик комплексного контроля.
2. Индивидуализация комплексного контроля.
3. Стандартизация вычислительных алгоритмов комплексного контроля.

Комплексный контроль — целостная замкнутая система. Важным фактором при этом является получения состоятельных оценок этапного комплексного контроля, чтобы они были получены при оптимальном оперативном состоянии армрестлера. Иными словами, оперативный контроль приобретает статус необходимого при проведении этапного комплексного контроля, а также при проведении текущего комплексного контроля.

Комплексный контроль – проверка соответствия фактических и должностных значений контролируемых параметров в процессе их формирования и функционирования под влиянием выполняемой тренировочной нагрузки.

Регламент комплексного контроля определяется особенностями закономерностей формирования контролируемых состояний (оперативного, текущего, этапного) с учетом их системных характеристик.

Для осуществления комплексного контроля в рамках установленного регламента необходимо однозначно ответить на три вопроса:

1. Что измерять?
2. Когда измерять?
3. Как оценивать полученные данные?

Для определения перечня контролируемых показателей при проведении оперативного комплексного контроля, текущего комплексного контроля, этапного комплексного контроля и получения оценки соответствующего состояния (что измерять и как оценивать) необходимо:

1. определить модельно-диагностический комплекс показателей, описывающих соответствующее контролируемое состояние;
2. определить должные уровни контролируемых показателей;

3. разработать диагностические критерии для оценки оперативного, текущего и этапного состояния;

Для уточнения регламента комплексного контроля (когда измерять) необходимо:

1. определить системные закономерности формирования контролируемых состояний в процессе выполнения запланированной тренировочной нагрузки;
2. определить длительность формирования, контролируемых состояний;
3. определить особенности динамики уровня и характера взаимодействия контролируемых параметров.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЯ

Необходимость индивидуального подхода к управлению подготовкой спортсменов - армрестлеров на этапе высшего спортивного мастерства не вызывает сомнения. Практическая реализация его вызывает ряд принципиальных трудностей, которые связаны с диагностикой состояния и уровня подготовленности конкретного атлета. В практике сложилась парадоксальная ситуация: при тестировании армрестлеров каждый исследователь отмечает существенные межиндивидуальные различия по многим показателям. Для получения статистически достоверного вывода особо отличающиеся значения считаются практически артефактами. В результате получают усредненные модельные характеристики для конкретного армрестлера в качестве диагностического критерия при оценке его состояния и уровня подготовленности. И теоретики, и практики понимают несостоятельность данного подхода. При этом не конкретизируется, какие именно особенности, как именно учитываются и какие именно конкретные управляющие решения для данного индивидуума принимаются. А ведь индивидуализация должна заключаться в том, чтобы все процедуры управления тренировочным процессом проводились не с учетом индивидуальных особенностей атлета, а на основе индивидуальных особенностей. Тогда отпадает необходимость в определении ведущих и отстающих качеств спортсмена, так как они теряют свой относительный смысл и приобретают характер необходимых и достаточных для конкретного армрестлера: оптимальное согласование качеств и составляет индивидуальный двигательный стереотип и систему его обеспечения.

Диагностика — основная процедура комплексного контроля — должна проводиться только на основе индивидуальных критериев оценки деятельности с учетом индивидуальной реакции на нагрузку.

Для повышения эффективности управления подготовкой армрестлеров необходимо регулярное накопление информации на одних и тех же этапах для выявления закономерностей динамики уровня подготовленности, характеристик деятельности, индивидуальных реакций на нагрузку.

Методология в конкретных исследованиях реализуется не только в форме общего подхода к изучаемому процессу, но и в форме принципов и методов его формализации. Принципы выбора того или иного метода анализа, принцип верификации экспериментальных данных, определение условий, цели и возможных результатов и их интерпретации в настоящее время определены недостаточно точно и однозначно.

В области физической культуры и спорта не готовятся специалисты, имеющие фундаментальное образование в педагогике и математике, поэтому так важно найти общий язык при поиске адекватных методов для решения тех классов задач, которые возникают в процессе управления подготовкой атлета в армрестлинге.

Смысл математизации процесса управления заключается в том, чтобы сделать его доступным логическому и количественному анализу, выявить и описать присущие процессу совершенствования мастерства спортсмена закономерности, получить возможность прогнозирования дальнейшего развития его подготовленности на основе не только качественного, но и количественного согласия с реальной действительностью.

Основная задача математизации процесса управления тренировочным процессом состоит не столько в том, чтобы использовать готовые математические методы, разработанные в рамках других наук, сколько в том, чтобы разработать тот специфический математический аппарат, который позволил бы наиболее полно и точно описывать изучаемые процессы, выводить необходимые следствия и использовать эти результаты на практике.

Очевидна при этом целесообразность перехода от частных, аналитических методов к более общим, алгоритмическим, позволяющим исследовать явление комплексно, с позиций системного подхода, и рационально использовать для этого специализированные программы.

В настоящее невозможно сформулировать основные принципы управления подготовкой армрестлеров в их адекватном математическом выражении, но уже сейчас вопрос формализации может быть решен на уровне выделения конкретных задач.

Таковыми задачами являются: задачи анализа, диагноза и прогноза состояния и уровня подготовленности, задачи, связанные с обработкой и представлением информации, получаемой в процессе управления тренировочным процессом.

Отсутствие единой стандартной технологии обработки информации является большим недостатком современных информационно-поисковых систем. Целесообразно изучить и обобщить предыдущий опыт и создать единую эффективную технологию информационного обеспечения процесса принятия управляющих решений.

Существует необходимость организации базы данных на основе их полной унификации, разработки комплекса управляющих программ — систем управления базами данных и создания таких приложений, которые представляли бы переработанную информацию различным категориям пользователей — тренерам и самостоятельно тренирующимся армрестлерам в виде, удобном для непосредственного использования.

Реальными предпосылками для создания такого приложения являются:

- разработка унифицированного комплекса показателей, пригодных для проведения этапного комплексного контроля;
- разработка машиноориентированного носителя первичной информации по комплексному контролю;
- разработка алгоритмов и программ для систем управления базой данных;
- разработка регламента и формы выдачи информации пользователям.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящее время разработаны и апробированы во многих видах спорта следующие алгоритмы:

1. Алгоритм анализа, диагноза и прогноза уровня развития различных сторон подготовленности спортсмена.
2. Алгоритм получения групповых и индивидуальных модельных характеристик различных сторон подготовленности.

Кроме того, разработан и апробирован алгоритм формирования многодневных сбалансированных рационов питания и меню для многих видов спорта с учетом энергозатрат спортсменов. Включение такого алгоритма позволит, наряду с педагогической информацией по планированию тренировочного процесса, рекомендовать соответствующие планируемой на микроциклы тренировочной нагрузке сбалансированные рационы питания, как одну из наиболее эффективных восстановительных и поддерживающих процедур.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Сущенко, В. П. Формирование у студенческой молодежи интересов и мотивов к военно- профессиональной деятельности в процессе занятий физической культурой и спортом / В. П. Сущенко, В. А. Щеголев // Теория и методика физической культуры, спорта и туризма : Межвузовский сборник научно-методических работ. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, 2023. – С. 384-388.
2. Бареева, Д. Р. Армрестлинг. Техника безопасности: учебное пособие / Д. Р. Бареева, Е. В. Фомина, С. А. Блохин. – СПб.: Санкт – Петербургский Политехнический ун-т Петра Великого, 2023. – 66 с.
3. Бареева, Д.Р. Будущее армрестлинга в студенческих спортивных лигах: Вызовы и возможности / Д.Р. Бареева, О.В. Андриянов // Студенческий спорт в современном мире. – 2023. - С. 332-333.
4. Бареева, Д.Р. Профессионально – личностное воспитание студентов в процессе занятий дисциплиной армрестлинг / Д.Р. Бареева // Теория и методика физической культуры, спорта и туризма. – 2023. – С. 184-187.
5. Бареева, Д.Р. Студенческий армрестлинг в медиапространстве / Д.Р. Бареева // Теория и методика физической культуры, спорта и туризма. – 2023. – С. 247-250/
6. Бареева, Д.Р. Проблематика развития армрестлинга в ВУЗе / Д.Р. Бареева // Теория и методика физической культуры, спорта и туризма. – 2023. – С. 78-81.
7. Бареева, Д.Р. Перспективы включения полно – амплитудных движений в тренировочный план спортсменов армрестлеров / Д.Р. Бареева [и др]. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 7 (221). - С. 20-23.
8. Бареева, Д.Р. Рациональная диетология и спортивные добавки в армрестлинге: учебное пособие / Д. Р. Бареева, Е. В. Фомина, С. А. Блохин. – СПб.: Санкт – Петербургский Политехнический ун-т Петра Великого, 2023. – 181 с.

9. Сущенко, В. П. Педагогическая и научно-методическая деятельность преподавателя высшей школы в сфере физической культуры и спорта / В. П. Сущенко, В. А. Щеголев, Ш. А. Керимов. – Санкт-Петербург : Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2023. – 248 с.

УДК 796.011.

ИЗУЧЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ НА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗАХ

И.Г. Харчева¹ (1670-1365), Е.И. Сулина¹, Д.В. Саенко² (2377-1691), А.Е. Курицына² (3188-8591)

¹Северо-Западный государственный университет им. И.И. Мечникова

²Военная академия связи им. Маршала Советского Союза С.М. Буденного

Аннотация. Цель исследования: рассмотреть роль учебных занятий физической культуры в вузе для повышения уровня здоровьесбережения.

Методика исследования: проведенное исследование и оценка его результатов, опрос, тестирование, наблюдение.

Контингент испытуемых. 25 студентов второго курса медицинского вуза им. И.И. Мечникова.

Результаты проведенного исследования позволили нам понять, что внедрение в вузах занятий физической культуры по новым технологиям обеспечивает здоровьесбережение каждому студенту, так как показатели физического и психического состояния были улучшены у всех учащихся

Ключевые слова: Физическая культура, здоровье, занятие, здоровый образ жизни, преподавание, образование.

STUDYING THE FORMATION OF THE BASICS OF HEALTH SAVING IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES AT UNIVERSITIES

I.G. Kharcheva¹, E.I. Sulina¹, D.V. Saenko², A.E. Kuritsyna²

¹North-Western State Medical University named after I.I. Mechnikov

²Military Academy of Communications named after Marshal of the Soviet Union S.M. Budyonny

Annotation. The purpose of the study: to consider the role of physical education classes at the university to increase the level of health saving.

Research methodology: conducted research and evaluation of its results, survey, testing, observation.

The contingent of subjects. 25 second-year students of the I.I. Mechnikov Medical University.

he results of the study allowed us to understand that the introduction of physical education classes in universities using new technologies provides health savings to every student, since the indicators of physical and mental condition have been improved for all students

Key words Physical education, health, occupation, healthy lifestyle, teaching, education.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время высшее образование постоянно трансформируется. Особенно, если речь ведется о профессиональном образовании. К тому же сейчас была разработана и внедрена новая Стратегия развития физкультуры и спорта до 2030 года, которая ставит перед педагогическим сообществом задачи, нацеленные на формирование образовательного пространства, где идеи создания сбережения здоровья обретают новые формы, видение, средства и способы реализации. Изучив литературные источники по сдоровьесберегающим технологиям студентов в вузе [1-11]. мы решили, что внедрение в вузах занятий физической культуры по новым технологиям обеспечивает здоровьесбережение каждому студенту, так как показатели физического и психического состояния были улучшены у всех учащихся.

Актуальность исследования: роль учебных занятий физкультурой в вузе в плане обеспечения здоровьесбережения постоянно меняется. Если в СССР им уделялось особое внимание, сегодня оно не так велико, и многие преподаватели ставят студентам зачеты просто так, хотя это, на наш взгляд, непрофессионально. В настоящее время стоит отметить, что уровень здоровья, а также качество жизни