**Формирование профессиональных качеств педагога по физической культуре**

**Введение**

Одной из актуальных проблем педагогической науки на современном этапе является разработка путей совершенствования профессионального мастерства педагогов, что обусловлено закономерностями общественного развития и высокой социальной значимостью проблемы повышения качества подготовки специалиста-профессионала, основанной на гуманистических идеалах и принципах [3, 6, 9, 13, 15, 18].

Специфика физкультурных вузов заключается в том, что важнейшим компонентом содержания профессиональной подготовки педагогов по физической культуре является интенсивная двигательная деятельность, то есть процесс обучения идет посредством и через многообразие физических упражнений. Поэтому студент должен владеть не только общепедагогическими знаниями и умениями, но и специальными качествами, которые в большей мере зависят от его двигательно-технического потенциала [1, 7, 14].

В процессе подготовки и обучения педагогов по физической культуре складываются те ориентиры, навыки, знания, которые в последующем в значительной мере будут определять лицо всей сферы физической культуры и спорта, ее реальное место и значимость в обществе. Таким образом, резервы улучшения процесса профессиональной подготовки преподавате ля физической культуры необходимо искать в вузовской системе [6, 9, 11, 15].

Специалист по физической культуре немыслим без отличной практической подготовки. Каждый преподаватель, особенно молодой, должен технически безукоризненно показать предусмотренные программой физические упражнения и выполнить без затруднений любые контрольные нормативы из школьной или вузовской учебной программы. Посредством профессиональной подготовки педагог завоевывает уважение и авторитет в ученической среде, в результате чего эффективность педагогического воздействия такого преподавателя-мастера повышается на целый порядок [7, 14, 16].

Следовательно, необходимо совершенствовать процесс развития двигательных качеств специалиста как профессионально значимых, без которых достижение вершин профессиональной культуры и профессионального мастерства становится невозможным даже теоретически. Основными задачами двигательной подготовки в настоящее время должны быть: обобщение и углубление теоретических знаний в этой области, а также формирование специальных умений и навыков.

Курс "Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствова ние" (ПФСС) занимает одно из центральных мест в системе профессио нальной подготовки студентов - будущих преподавателей физической культуры и спорта. Основная задача спортивной подготовки на курсе ПФСС состоит в увеличении запаса двигательного опыта, развитии двигательных качеств, повышении уровня спортивного мастерства, которое непосредственно влияет на формирование профессионализма.

Однако объем часов, предусмотренных учебным планом на курсы ПФСС, как и на практические занятия в целом, не позволяет, на наш взгляд,, в необходимом объеме приобрести весь перечень профессио нально важных знаний, умений и навыков. Становится очевидным, что ныне существующая вузовская практика не дает должного эффекта в качественной подготовке будущих преподавателей физической культуры и спорта даже в рамках школьной программы. Следовательно, поиск новых подходов к решению проблемы профессионального двигательного совершенствования специалиста становится актуальной педагогической проблемой, так как двигательные способности являются едва ли не основным компонентом в структуре профессиональной подготовленности педагога по физической культуре.

Система подготовки кадров для сферы физической культуры и спорта, как нам представляется, имеет определенный ресурс в модернизации педагогического процесса посредством совершенствования технологии двигательно-технической подготовки будущего педагога на основе разработки и внедрения новых, комплексных, подходов к развитию профессиональных двигательных качеств.

Все вышесказанное свидетельствует, что совершенствование и оптимизация процесса развития двигательных способностей специалиста по физической культуре следует рассматривать как основу формирования профессионально значимых навыков, без которых достижение вершин профессиональной культуры и профессионального мастерства невозможно даже теоретически [4, 8, 17].

Одним из путей совершенствования профессиональной подготовки педагогов по физической культуре в ракурсе повышения двигательно-технических качеств и общего уровня профессионального мастерства является включение в процесс обучения комплекса педагогических, психологических и физиологических методов [2, 5, 12]:

Концепция нашей работы основана на следующих положениях:

· использование комплекса средств и методов для повышения эффективности формирования общепедагогических качеств и способностей как базиса для формирования специфических умений и навыков;

· реализация единства и взаимосвязи в развитии двигательно-технических качеств и профессиональной культуры педагога;

· учет специфики профессиональной двигательной деятельности как необходимого компонента педагогического мастерства преподавателя физической культуры и спорта;

· использование комплекса педагогических, психологических и физиологических методов контроля для регулярной текущей оценки эффективности формирования двигательно-технических качеств и профессиональной культуры педагогов по физической культуре.

Гипотеза настоящего исследования основана на предположении о том, что качество профессиональной подготовки педагогов по физической культуре, двигательно-технические качества и общий уровень профессионального мастерства могут быть качественно улучшены за счет комплексного подхода, основанного на инновационных педагогических, психологических и физиологических средствах воздействия, учитывающих принципы единства и взаимосвязи в развитии двигательно-технических качеств и особенностей профессиональной деятельности педагога.

Основная цель настоящего исследования - разработка комплексных технологий формирования профессиональных качеств в процессе подготовки педагогов по физической культуре с использованием эффективных нетрадиционных педагогических, психологических и физиологических методов воздействия.

**Методы и организация исследования.**

Методы, используемые в работе:

Педагогические : анализ и обобщение данных литературы, анализ планов и дневников студентов, беседы и интервью, анкетирование студентов и педагогов по физической культуре, педагогические наблюдения, контрольные упражнения, метод экспертных оценок, педагогический эксперимент.

Психологические : тест Спилберга-Ханина, проективный 8-цветовой тест Люшера.

Физиологические: пульсометрия и измерение артериального давления, динамометрия, степ-тест, электрокардиография, вариационная пульсометрия, электромиография конечностей, реовазография конечностей.

Методы математической статистики [10].

Результаты и обсуждение. В исследовании участвовали две группы студентов 18 - 22 лет Института физической культуры (по 30 мужчин в каждой группе, спортивная специализация - гимнастика). Контрольная группа (группа Б) занималась с использованием традиционных педагогических методов; обучение экспериментальной группы (группа А) осуществлялось с использованием дополнительно комплекса нетрадиционных психологических и физиологических методик.

На основании приведенных результатов можно проследить зависимость между методикой развития силы и ее результатом. Так, в группе А прирост статической и динамической сил гораздо значительнее, нежели в группе Б. Кроме того, как показал дальнейший статистический анализ результатов, в группе А этот прирост статистически достоверен даже на двенадцатой неделе эксперимента, в то время как в группе Б достоверного прироста силовых качеств на протяжении всей 1-й части эксперимента не обнаружено.

Таким образом, по результатам тестов, изучающих прирост статической и динамической силы, группы достоверно отличаются по исследуемому признаку, причем достигнутый прирост силы во всех случаях оказался выше в группе А [10].

Кроме того, после применения комплекса нетрадиционных методов достигнутый уровень подвергаемых тренировочному воздействию силовых качеств сохраняется довольно длительное время, а кривая, характеризующая динамику проявления силовых качеств, хотя и имеет тенденцию к снижению, отличается плавностью и поступательностью. Это говорит о незначительных темпах снижения уровня максимальной силы, развитой с помощью экспериментальной методики.

Таблица 1. Сравнение уровня силовой подготовленности студентов на восьмой неделе эксперимента (после окончания непосредственных тренировочных воздействий)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Группы | Режим работы | Разница, кг  \_ \_  X2 - X1 | Достоверность, Р |
| А и Б\* | Статический | 7 | <0,05 |
| А и Б | Динамический | 5,5 | <0,05 |

\* А - экспериментальная группа, Б - контрольная группа.

Таблица 2. Эффективность соревновательной деятельности студентов экспериментальной и контрольной групп

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Группы | I соревнование, М1±m | II соревнование, М2±m | Достоверность, Р |
| А | 50,0±0,4 | 52,7±0,5 | <0,05 |
| Б | 50,3±0,б | 50,8±0,б | >0,05 |

Обозначения - как и в табл. 1.

Впрочем, ярко выраженного уменьшения уровня силовых качеств не наблюдалось и в контрольной группе. Однако в отличие от экспериментальной группы объясняется это тем, что в группе Б и достоверного прироста силовых качеств на протяжении эксперимен та не обнаружено [10].

Исходя из этого, можно предположить, что достигнутый прирост максимальной статической силы с использованием комплекса нетрадиционных методик сохраняется более длительное время, нежели максимальной динамической. Кроме того, потребовалось еще четыре недели после окончания эксперимента, прежде чем имеющиеся межгрупповые различия нивелировались и группы стали практически идентичны по изучаемому признаку (исчезло достоверное статистическое различие между группами, табл. 1) [10].

К тому же в группе Б, испытуемые которой применяли традиционные методы тренировки и обучения, графики отличаются многочисленными спадами и подъемами, т.е. развитие силы происходило неравномерно, скачкообразно и, как показал дальнейший анализ результатов, хотя и имелся определенный прирост, он оказался статистически недостоверным (Р>0,05). Это также свидетельствует о пользе применения комплекса нетрадиционных методов для развития максимальной силы студентов-гимнастов.

Для более углубленной проверки этих положений был проведен второй педагогический эксперимент, в котором оценивалась возможность повышения спортивного результата при использовании комплекса нетрадиционных методик в процессе развития максимальной силы студентов, так как повысившийся уровень силовых способностей должен был положительным образом отразиться и на спортивных результатах испытуемых.

Сравнение групп по уровню результатов, показанных на первых контрольных соревнованиях, выявило, что группы не отличаются достоверно относительно исследуемого признака (табл. 2, Р>0,05).

Вторые (итоговые) соревнования по гимнастике проводились на восьмой неделе эксперимента. Это позволило сравнить данные (сумму баллов испытуемых), относящиеся к результатам первого и второго соревнования, и определить достоверность улучшения спортивного результата в двух группах [10].

Произведенные после итоговых соревнований расчеты показали: несмотря на то, что, хотя и наблюдалось незначительное улучшение в целом суммы полученных баллов испытуемых контрольной группы, оно оказалось недостоверным (Р>0,05) - применение традиционных методов развития максимальной силы не оказало заметного влияния на спортивный результат.

При сравнении исходных и конечных (итоговых) результатов соревнований, показанных испытуемыми экспериментальной группы, было установлено, что у испытуемых, использующих для развития максимальной силы комплекс нетрадиционных методик, в отличие от гимнастов, практикующих традиционные методы развития силовых способностей, в ходе проведения педагогического эксперимента произошло достоверное улучшение спортивного результата (Р<0,05).

Обнаруженная тенденция представлена в табл. 2, где сравнивалась средняя сумма баллов, набранная испытуемыми обеих групп, по итогам двух контрольных соревнований, ее изменение, а также достоверность найденного отличия (А - экспериментальная группа, Б - контрольная).

**Заключение.**

Таким образом, проведенное исследование позволяет обосновать действенность комплексного подхода к формированию профессиональных качеств в процессе подготовки педагогов по физической культуре; эффективное содержание и оптимальные формы сочетания педагогических, психологических и физиологических методов воздействия. Комплексный подход включает сочетание педагогических (метод максимальных усилий, метод "повторного максимума", метод взрывных усилий, изометрический (статический), изотонический и изокинетический методы развития двигательных способностей, метод переменных сопротивлений, статико-динамический метод); психологических (аутогенная тренировка, аудиовизуальная стимуляция); физиологических (биомеханическая стимуляция, электростимуляция в различных режимах, тренировка с биологической обратной связью) способов воздействия, а также предполагает построение комплексов с учетом индивидуального уровня здоровья, спортивной специализации и уровня спортивной подготовки студентов.

**Список литературы**

1. Абдулина О.А. Общепедагогическая подготовка учителя к системе высшего педагогического образования. - М.: Просвещение, 1990. - 141 с.

2. Андрианова Г.Г., Коц Я.М., Мартынов В.А. и др. Применение электростимуляции для тренировки мышечной силы // Новости медицинского приборостроения. 1971. Вып. 3, с. 40 - 47.

3. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. - М.: ФиС, 1978. - 223 с.

4. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. - Киев: Здоровье, 1987. - 223 с.

5. Белов E.С. Электростимуляционная тренировка мышечного аппарата гимнастов высших разрядов: Автореф. канд. дис. М., 1974. - 21 с.

6. Бойко В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. - М.: ФиС, 1987. - 144 с.

7. Быков Ю. Теоретические и методические аспекты формирования профессионала-педагога в период обучения в физкультурном вузе // Теор. и практ. физ. культ. 1996, № 12, с. 67.

8. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1988. - 330 с.

9. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. - М.: ФиС, 1986. - 208 с.

10. Зациорский В.М. Спортивная метрология. - М.: ФиС, 1982. - 256 с.

11. Земсков Е.А. Технология освоения профессиональной деятельности тренера-преподавателя по гимнастике в аспекте многоуровневой структуры высшего образования в России // Теор. и практ. физ. культ. 1997, № 11, с. 61 - 63.

12. Назаров В.Т. Развитие силовых качеств спортсменов методом биомеханической стимуляции // Теор. и практ. физ. культ. 1987, № 12, с. 37 - 39.

13. Решетень И.Н., Кобер И.Х. Основы педагогического мастерства учителя физической культуры. - Алма-Ата: Руан, 1990. - 64 с.

14. Струнин И.А. Профессиональная двигательная подготовка будущих учителей физической культуры: Канд. дис. М.,1994. -151 с.

15. Черник Е.С. Наглядность в работе учителя физической культуры: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1991. - 128 с.

16. Чичикин В.Т. Проблемы содержания физкультурного образования. //Теор. и практ. физ. культ. 1994, № 12, с. 25 - 27.

17. Malina R.M. Anthropometric correlates of strength and motor performance // Exercise and Sport Sciences Reviews. 1975. - V. 3. - P. 249 - 274.

18. Nisbel J., Shucksmith J. Learning strategies. - London, Boston, Henley, 1986. - 104 p.

19. А.В. Чесноков, кандидат педагогических наук, доцент. Формирование профессиональных качеств педагога по физической культуре.