

УДК: 796.011.1

ПРОФЕССИОНАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ – ПОПЫТКА НОВОГО ВЗГЛЯДА (на примере подготовки спортивных менеджеров)

С.Р. Селиванова, Н.Н. Сентябрев

ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», Волгоград, Россия
Для связи с авторами: e-mail nnsvgsp@rambler.ru, sulsvet@mail.ru

Аннотация:

Вопросы совершенствования функциональной подготовленности будущих менеджеров физкультурно-спортивной отрасли не изучены в полной мере, и дальнейшее совершенствование всей системы подготовки спортивных менеджеров должно опираться на особенности дифференциации профессиональной деятельности с учетом психоэмоциональных и функциональных аспектов. На их основе необходимо сформировать модель будущего менеджера отрасли ФКиС. Это требует исследования и учета широкого круга особенностей профессиональной деятельности менеджера в сфере физической культуры и спорта. Оценка взаимозависимостей между психоэмоциональными, физиологическими и умственными качествами таких специалистов, позволяющая создать единую модель будущего менеджера отрасли ФКиС, будет способствовать воспитанию конкурентного специалиста. Применение подобной модели выпускника в процессе обучения может существенно повлиять на формирование профессиональных компетенций, умений и навыков будущих менеджеров, что обеспечит рациональное построение учебной и физической подготовки. **Ключевые слова:** модель подготовки, дифференцированный подбор средств, физическая подготовленность.

VOCATION-ORIENTED PHYSICAL EDUCATION – TAKING A FRESH APPROACH (on the example of sport managers training)

S.R. Selivanova, N.N. Sentyabrev

Volgograd State Physical Education Academy, Volgograd, Russia

Abstract:

The issues of widening the functional sufficiency of future managers in sport industry have not been fully studied, and further improvement of the entire system of sport managers training should be based on the features of professional activities differentiation, taking into account psycho-emotional and functional aspects. Within this framework it is necessary to build a pattern of a future manager in the field of physical education and sports. It necessitates further investigation and consideration of a wide range of features of a manager's professional activities in the field of physical education and sport. The assessment of interdependencies between psycho-emotional, physiological and mental qualities of such specialists enables a unified model of a future manager of physical education and sport industry, and it will contribute to the upbringing of a competitive specialist. Implementation of such model in the process of training can significantly affect the development of professional competencies, skills and abilities of future managers, which will ensure the rational organization of educational and physical training.

Keywords: model of training, differential selection of techniques, physical fitness.

АКТУАЛЬНОСТЬ

Вопрос разработки методик, формирования технологий профессионально ориентированного физического воспитания в вузе интересует очень многих исследователей. Однако доступная литература не дает ясного ответа – что и, самое главное, почему является конечным результатом профессионально ориентированного физического воспитания. Абсолютное большинство исследователей

считают, что данное направление позволяет более качественно подготовить студента к предстоящей профессиональной деятельности и при этом улучшить его здоровье. Однако в последнее время появляются исследования, результаты которых показывают неоднозначность результатов физического воспитания, их зависимость от целого ряда различных факторов [1]. Установлено, что занятия физическими упражнениями на тренажерах, на-

правленные на снижение массы тела, дают меньший эффект по сравнению с пищевыми диетами [2]. Недавнее исследование показало, что даже упражнение с минимальным риском – 10000 шагов, привело к весьма неоднозначным результатам. У неболевших участников исследования были отмечены меньшее, чем в контрольной группе, изменение индекса массы тела, отсутствие ожидаемого прогресса уровня артериального давления и, что было совершенно неожиданно для авторов работы, неблагоприятные изменения плазменных биомаркеров сердечно-сосудистых заболеваний. Только у лиц с наличием выраженных факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний влияние повышенной физической активности в виде использования программы 10000 шагов было благоприятным [3]. Такие сведения заставляют переосмысливать многие аспекты физической культуры студентов, в том числе и профессионально ориентированной. В первую очередь это относится к выделению цели и ведущих задач ПО ФВ, путей их решения.

Представляется, что основной целью должно стать повышение качества жизни, следовательно, именно оно будет главным полезным результатом занятий физическими упражнениями, в том числе и составляющими профессионально ориентированное физическое воспитание. Есть мнение, что при всей многосторонности понятия «качество жизни», его интегральным показателем является здоровье [4].

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

С теми оговорками, которые были приведены выше, вклад физической культуры в улучшение здоровья, а следовательно, в повышение качества жизни является весьма значимым [5, 6]. Но для реализации физической культурой, в том числе и профессионально ориентированным физическим воспитанием, задачи повышения здоровья необходим учет целого ряда дополнительных факторов. По нашему мнению, более взвешенным условием для их учета и реализации в профессионально ориентированном физическом воспитании является разработка профессиограммы. Про-

водить подбор средств физической культуры, определять виды, объем, интенсивность этих средств необходимо на ее основании. Эффективное физическое воспитание необходимо основывать на сведениях о текущем уровне физической и психофункциональной подготовленности обучающихся, что аналогично существующим представлениям о функциональной подготовленности [7]. Это и должно стать базой при разработке профессиограммы. Такие предпосылки стали обоснованием основной цели данного исследования – разработки профессиограммы спортивного менеджера и реализации на ее основании профессионально ориентированного физического воспитания.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В процессе педагогического наблюдения определяли особенности существующей методики физической подготовки студентов – спортивных менеджеров, изучали вопросы содержания, контроля и последовательности применения средств физической подготовки. Основные антропометрические показатели студентов, вес и рост, измеряли по стандартным методикам. Оценивали физическое развитие будущих спортивных менеджеров по таким показателям, как ЖЕЛ (отношение фактической и должной величин), жизненный индекс (соотношение ЖЕЛ и массы тела), ЧСС, АД, оценивали результаты пробы Генчи и Штанге, вегетативного индекса Керло, коэффициент выносливости сердечно-сосудистой системы по данным ЧСС и АД, коэффициент эффективности кровообращения; коэффициент Хильдебранда, отражающий сбалансированность взаимодействия сердечно-сосудистой и дыхательной систем; физическую работоспособность и МПК по данным PWC170. Также была использована анкета, разработанная для данного исследования, содержащая вопросы о работоспособности менеджера, утомлении к концу рабочего дня и недели, психоэмоциональном состоянии, уровне здоровья и физической активности. Результаты тестирования были обработаны с помощью непараметрических

методов статистического анализа (критерий Вилкоксона и Манна-Уитни). Формирование экспериментальных групп осуществлялось при оценке категории пригодности 63 студентов очной формы обучения, обучающихся по профилю подготовки «Менеджмент в спорте» и «Спортивный менеджмент». Предварительная оценка физических и психологических показателей студентов показала более высокую подготовленность обучающихся 3-го курса, это обусловлено наиболее интенсивным тренировочным процессом согласно учебным планам. Учащиеся 2 и 4-го курсов оказались наименее активны, они стали участниками эксперимента. Студенты с наиболее низкой категорией пригодности вошли в экспериментальные группы (ЭГ-2, ЭГ-4), студенты с наивысшими показателями физической и психологической подготовленности составили контрольную группу (КГ-2, КГ-4).

Для обоснования компонентов профессиональной подготовки менеджеров, используемых в вузе. Структура профессионально-прикладной физической подготовки, ее физического и психоэмоционального компонентов у будущих спортивных менеджеров была определена за счет выявления сильных и слабых сторон современного учебно-тренировочного процесса. Это позволило аргументированно определить комплекс средств физической культуры, направленных на формирование оптимального уровня физической и психофункциональной подготовленности таких студентов. Далее анкетирование профессиональных менеджеров физкультурно-спортивных организаций помогло получить данные об интересующих функциональных особенностях труда специалиста. Сравнение результатов опроса менеджеров отрасли ФКиС и менеджеров других отраслей хозяйствования позволило заключить, что конкурентоспособность специалиста управления складывается из таких элементов, как способность противостоять стрессам, перфекционистские установки, уровень эмоционального выгорания. Это основывалось на оценке уровня работоспособности, степени утомления и психо-

логического состояния менеджеров отрасли ФКиС в сравнении с менеджерами других сфер социально-экономической деятельности. Каждая из приведенных способностей у лиц из сферы ФКиС была значительно выше, чем у коллег из других отраслей [8].

Полученные результаты помогли определить индекс физической активности и категорию физической пригодности респондентов, определяющие возможности, направления и конкретные пути повышения уровня подготовленности и применения экспериментальной технологии. Частота и интенсивность занятий физическими упражнениями и спортом среди студентов – спортивных менеджеров свидетельствует о низкой самостоятельной активности, стрессоустойчивости и мотивации к физической культуре. Среди респондентов не было выявлено ни одного с высокой устойчивостью к стрессовым ситуациям. Только пятая часть студентов-менеджеров проявила нормальный уровень стрессоустойчивости, необходимой для активного человека. Сопоставление физической активности, профессиональной спортивной подготовки с уровнем психоэмоционального состояния показало, что более высокий уровень устойчивости и сопротивления стрессу выявлен у более тренированных студентов – спортивных менеджеров, как и в случае сравнения данных профессиональных спортивных менеджеров и менеджеров других отраслей.

Следующим этапом была конкретизация средств и методов физической культуры, направленных на повышение физической и психофункциональной подготовленности. Основой этого послужила разработанная структура функциональной подготовленности менеджера в сфере ФКиС [9]. Комплекс средств профессионально ориентированного физического воспитания, построенный на основе такой структуры, направлен на совершенствование морфофункциональных параметров организма. В первую очередь комплекс повышает качество функционирования ССС и дыхательной системы. Такие изменения, снижая напряженность регуляции функций, во многом обуславливают изменение психофункциональных

параметров, в том числе и определяющих стрессоустойчивость [10]. Итогом совокупности изменений является улучшение здоровья и создание условий повышения успешности профессиональной деятельности [4, 6].

Регистрация показателей сердечно-сосудистой и дыхательной систем при реализации комплекса упражнений подтвердила улучшение показателей функциональной подготовленности организма студентов. Комплекс предложенных средств профессионально ориентированного физического воспитания обусловил экономизацию работы сердечно-сосудистой системы студентов. Аналогичной была направленность изменений большей части показателей дыхательной системы. Установлено отсутствие негативных сдвигов баланса сердечно-сосудистой и дыхательной систем при применении комплекса упражнений на основе предложенной структуры функциональной подготовленности. Следствием морфофункциональных изменений стало улучшение выносливости организма студентов. На это указало повышение коэффициента выносливости студентов экспериментальной группы-2 на 1,80%, экспериментальной группы-4 – на 4,29%. Занятия в контрольной группе-4 привели к повышению коэффициента выносливости лишь на 1,27%. В контрольных группах отмечено улучшение показателей только в отдельных тестах физиче-

ской подготовленности у студентов 2-го курса, у старшекурсников не было отмечено значительных изменений. Уровень стресса у студентов экспериментальных групп снижался по мере повышения показателя физической активности, оценка стрессоустойчивости по Коухену приблизилась к значению «удовлетворительно», для контрольной группы такие изменения не были характерны.

Взаимодействие компонентов и различных сторон подготовленности специалиста отрасли «Физическая культура и спорт» было подтверждено с помощью анализа изменения ряда коэффициентов и показателей физической и психоэмоциональной подготовленности в результате применения разработанного комплекса профессионально ориентированного физического воспитания. Графический анализ позволяет наглядно оценить большую выраженность изменений показателей работоспособности, состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем в экспериментальной группе 2-го курса по сравнению с изменениями в контрольной (рисунок).

Оптимальность произошедших изменений отразилась на состоянии здоровья студентов. Это подтверждают показатели заболеваемости, отраженные медико-санитарной частью Волгоградской государственной академии физической культуры. Заболеваемость

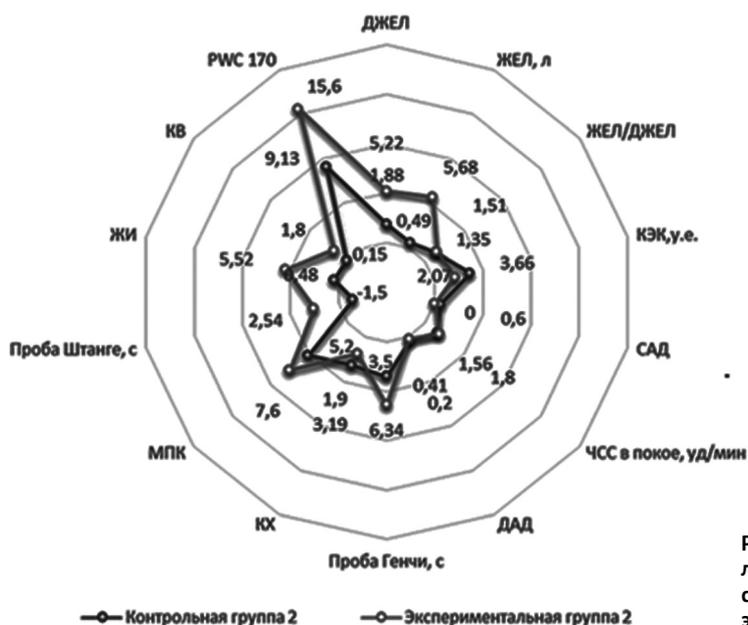


Рисунок – Динамика показателей функционального состояния студентов 2-го курса в процессе эксперимента, прирост в %

студентов, участвовавших в исследовании, уменьшилась в 2015/2016 учебном году по сравнению с предшествующим годом на 3,4%. Такие сведения, наряду с повышением стрессоустойчивости и работоспособности, дают основание утверждать об улучшении качества жизни участников исследования за счет модификации учебного процесса по физическому воспитанию на основе разработанной структуры функциональной подготовленности студента-менеджера отрасли «Физическая культура и спорт».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Недостаточность традиционных подходов к профессионально ориентированному физическому воспитанию связана со сложностью и неоднозначностью взаимоотношений между физической активностью и здоровьем [10]. Как показывает наше исследование, разработка профессиональной программы может стать одним из условий преодоления такого противоречия при обосновании программ профессионально ориентированного физического воспитания. Предлагаемый подход позволит выделить в физическом воспитании наиболее важные для будущей профессии виды упражнений и на их основе оптимизировать структуру функциональной подготовленности определенных типологических групп или конкретных лиц на основании текущего уровня их подготовленности. Еще одно важное заключение – целью и итогом реализации профессионально ориентированного физического воспитания, прежде всего, должно являться качество жизни. Это доказывается данными нашего исследования, т.к. в результате модифицированного физического воспитания оптимально повышается уровень физической активности, стрессоустойчивости, улучшается состояние кардиореспираторной системы, уменьшает-

ся заболеваемость. Предлагаемый учет медицинских, биологических, психологических, социальных и педагогических критериев при составлении индивидуализированных комплексов физических упражнений подчеркивается и другими авторами [11].

Разработанный подход, повышая здоровье и качество жизни, может определять трудовой потенциал, на что указывают другие исследования [12]. Именно это обстоятельство позволяет считать представление о функциональной подготовленности специалиста перспективным направлением при разработке профессионально ориентированного физического воспитания.

Таким образом, можно сделать следующие заключения о значимости предлагаемого подхода к формированию системы профессионально ориентированного физического воспитания менеджеров. Во-первых, ее формирование основано на системном учете взаимозависимостей между психоэмоциональными, физиологическими и умственными качествами специалистов, что позволяет создать единую модель подготовки будущего менеджера. Во-вторых, реализация предлагаемого подхода четко вписывается в систему формирования профессиональных компетенций, знаний и умений. В-третьих, такая система ведет к улучшению здоровья и профессионально значимых качеств, что выражается в сопряженной оптимизации работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем, экономизации деятельности организма и повышении полезного результата работы этих систем – аэробной производительности (выносливости). В-четвертых, повышение качества работы функциональной системы здоровья находит отражение и в повышении профессионально значимого качества – устойчивости организма к стрессам.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Шептикина, Т. С. Влияние субъективного фактора на планирование учебного процесса по физической культуре / Т. С. Шептикина, С. А. Шептикин // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2015. – № 1 (11). – С. 46-49.
2. Jakicic, J.M. Effect of Wearable Technology Combined With a Lifestyle Intervention on Long-term Weight Loss / J. M. Jakicic, K. K. Davis, R. J. Rogers, W. C. King, M. D. Marcus et al. // The IDEA Randomized Clinical Trial. – JAMA. – 2016. – Sep 20;316 (11). – pp. 1161-1171.
3. Duane Corbett, B. The effects of a 12-week worksite physical activity intervention on anthropometric indices, blood pressure indices, and plasma biomarkers of cardiovascular disease risk among

- university employees / B. Duane Corbett, C. Fennell, K. Peroutky, J. D. Kingsley, E.L. Glickman. // BMC Res Notes. – 2018. – pp.11: 80.
4. Ушаков, И. Б. Качество жизни и здоровье человека / И. Б. Ушаков. – М.; Воронеж : Истоки, 2005. – 130 с.
 5. Eriksen, L. Cardiorespiratory fitness in 16025 adults aged 18-91 years and associations with physical activity and sitting time / L. Eriksen, M. Grønbaek, J.W. Helge, J.S. Tolstrup // Scand. J. Med. Sci. Sports. – 2016. – Dec. 26(12). – pp. 1435-1443.
 6. Иванова, О. М. Физическая культура как условие качества жизни индивида / О. М. Иванова, Л. М. Билалова, С. С. Матвеев // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 12-3. – С. 657-661.
 7. Горбанева, Е. П. Физиологическое обоснование модификации и оптимизации ведущих сторон функциональной подготовленности спортсменов / Е. П. Горбанева, И. Н. Солопов, Н. Н. Сентябрев, А. Г. Камчатников, Н. В. Серединцева и др. – Министерство спорта РФ; Волгоградская государственная академия физической культуры. – Волгоград, 2015. – 185 с.
 8. Селиванова, С.Р. Функциональные особенности труда менеджера сферы физическая культура и спорт / С.Р. Селиванова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 11 (129). – С. 237-241.
 9. Селиванова, С. Р. Структура функциональной подготовленности менеджера сферы физическая культура и спорт / С. Р. Селиванова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – №4. – С. 199-204.
 10. Шаламова, Е. Ю. Взаимосвязи показателей выбора стиля совладания со стрессом и вегетативной регуляции сердечной деятельности у студентов северного медицинского вуза / Е. Ю. Шаламова, О. Н. Рагозин, В. Р. Сафонова // Вестник Сургутского государственного университета. – 2016. – № 3 (13). – С. 68-71.
 11. Ross, D. N. Considering a complementary model of health and fitness / D. N. Ross // Sociology of Health & Illness. – 2013. – Vol. 35, No. 3. – pp. 479-492.
 12. Потуданская, В. Ф. Качество жизни и качество трудовой жизни как среда формирования трудового потенциала / В. Ф. Потуданская, Д. Н. Шайкин // Экономический анализ: теория и практика. – 2010. – № 25. – С. 33-38.
- LIST OF REFERENCES**
1. Sheptikina, T.S. The influence of the subjective factor on the educational process planning in physical culture / T.S. Sheptikina, S.A. Sheptikin // Physical education and sport training. – 2015. – No. 1 (11). – P. 46-49.
 2. Jakicic, J.M. Effect of Wearable Technology Combined With a Lifestyle Intervention on Long-term Weight Loss / J.M. Jakicic, K.K. Davis, R.J. Rogers, W.C. King, M.D. Marcus et al. // The IDEA Randomized Clinical Trial. – JAMA. – 2016. – Sep 20;316 (11). – P. 1161-1171.
 3. Corbett, B.D. The effects of a 12-week worksite physical activity intervention on anthropometric indices, blood pressure indices, and plasma biomarkers of cardiovascular disease risk among university employees / B.D. Corbett, C. Fennell, K. Peroutky, J.D. Kingsley, E.L. Glickman // BMC Res Notes. – 2018; – P.11: 80.
 4. Ushakov, I. B. Living standard and human health / I. B. Ushakov. – М.; Voronezh : Istoki, 2005. – 130 p.
 5. Eriksen, L. Cardiorespiratory fitness in 16025 adults aged 18-91 years and associations with physical activity and sitting time / L. Eriksen, M. Grønbaek, J.W. Helge, J.S. Tolstrup // Scand. J. Med. Sci. Sports. – 2016. – Dec. 26(12). – pp. 1435-1443.
 6. Ivanova, O. M. Physical culture as a requirement for high living standard of an individual / O. M. Ivanova, L. M. Bilalova, S. S. Matveev // Fundamental research. – 2014. – No. 12-3. – P. 657-661.
 7. Gorbaneva, E. P. Physiological rationale of modification and optimization of the leading sides of the functional sufficiency of athletes / E. P. Gorbaneva, I. N. Solopov, N. N. Sentyabrev, A. G. Kamchatnikov, N. V. Seredintseva. – Ministry of Sports of the Russian Federation; Volgograd State Academy of Physical Culture. – Volgograd, 2015. – 185 p.
 8. Selivanova, S.R. Functional features of manager activities in physical culture and sports / S.R. Selivanova // Scientific notes of P.F. Lesgaft University. – 2015. – No. 11 (129). – P. 237-241.
 9. Selivanova, S.R. The structure of the functional sufficiency of a manager in the field of physical culture and sports / S.R. Selivanova // Modern problems of science and education. – 2015. – No. 4. – P. 199-204.
 10. Shalamova E.Y. Interrelation of the indicators of the choice of stress-management style and vegetative regulation of cardiac activity in students of the northern medical university / E.Y. Shalamova, O. N. Ragozin, V.R. Safonova // Bulletin of the Surgut State University. – 2016. – No. 3 (13). – P. 68-71.
 11. Ross, D. N. Considering a complementary model of health and fitness / D. N. Ross // Sociology of Health & Illness. – 2013. – Vol. 35, No. 3. – pp. 479-492.
 12. Potudanskaya, V.F. Living standard and quality of work life as the environment for enhancing labor capacity / V.F. Potudanska, D.N. Shaikin // Economic analysis: theory and practice. – 2010. – No 25. – P. 33-38.