

с тем общепедагогические положения будут иметь приоритетное значение.

Проектная технология во многом решает проблему компетентностного подхода [3]. Студент при реализации этой технологии самым непосредственным образом включен в активный познавательный процесс, самостоятельно формирует учебную проблему, осуществляет сбор необходимой информации, планирует возможные варианты решения проблемы, делает выводы, анализирует свою деятельность. Необходимым результатом обучения на основе проектной технологии является освоение ее студентами, а затем умение применить в своей практической деятельности как инструмент ориентировки и построения своего образовательного, а затем и жизненного проекта,

в котором выбор целей, а также содержание и план действий по их достижению четко обоснованы.

#### Библиографические ссылки

1. Компетентностный подход как фактор повышения качества современного образования / С. Л. Короткова [и др.]. – Саратов : ИЦ «Наука», 2010 – 220 с.
2. URL: <http://thisisme.ru/content/kompetentnost-kompetentsiya-kvalifikatsiya>.
3. Методические рекомендации по разработке и реализации на основе деятельностно-компетентностного подхода образовательных программ ВПО, ориентированных на ФГОС третьего поколения / Т. П. Афанасьева, Е. В. Караева, А. Ш. Канукоева, В. С. Лазарева, Т. В. Немова. – М. : Изд-во МГУ, 2007. – С. 43–76.

*E. V. Grishina*, PhD in Education, Kalashnikov Izhevsk State Technical University

#### General Pedagogical Conditions of Student's Creative Potential in the Context of Competence Approach

*The problem of competence approach necessity to the development of student's creative potential is considered in the article. Competence approach permits to follow the principles of openness to new forms of experience. The effectiveness' influence of general pedagogical conditions on dynamic of student's creative potential development is revealed in this work.*

**Keywords:** competence approach, creative potential, pedagogical conditions.

Получено 11.04.2014

УДК 7967012.68

**И. Г. Гибадуллин**, доктор педагогических наук, профессор, Ижевский государственный технический университет имени М. Т. Калашникова

**В. Г. Лазаренко**, кандидат медицинских наук, доцент, Ижевский государственный технический университет имени М. Т. Калашникова

**В. С. Кожевников**, кандидат педагогических наук, Ижевский государственный технический университет имени М. Т. Калашникова

## ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ ПЛАНИРОВАНИЯ И КОНТРОЛЯ ПРОЦЕССА ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

*Предлагается комплексный подход к оценке и контролю функционального состояния и резервных возможностей представителей различных видов спорта. Определяется тип преобладающего пути энергообеспечения спортсмена и уровень его стрессоустойчивости. На основе исследования более 1200 спортсменов разработаны модельные характеристики спортивного отбора, планирования и контроля многолетней подготовки спортивного резерва.*

**Ключевые слова:** спортивный резерв, тип энергообеспечения, стрессоустойчивость, учебно-тренировочный процесс.

**В** настоящее время особо остро встает проблема качества подготовки спортивного резерва, поскольку подавляющее число перспективных юных спортсменов не адаптируются к требованиям спорта высших достижений и не могут успешно выступать, перейдя во взрослую категорию. Причина этого видится в недостаточной обоснованности многолетнего планирования и контроля учебно-тренировочного процесса.

В 2012 г. опубликована статья С. Е. Павлова [1], где констатировано, что искусственно созданные теории безапелляционно принимаются практиками и тиражируются вне зависимости от приносимых ими результатов. Основной причиной этого автор

видит использование периодизационной теории спортивной тренировки Л. П. Матвеева. С другой стороны, Ю. В. Верхошанский настаивает на том, что только «биологическая составляющая является методологической и естественно-научной основой теории спортивной тренировки» [2]. Поддерживая это, С. Е. Павлов верно отмечает: «Реально работающие законы физиологии – единственное, что может лежать в основе спортивно-педагогического процесса. И речь здесь должна идти об общих физиологических принципах, лежащих в основе любых проявлений жизнедеятельности сложноорганизованного организма». Далее автор делает заключение о том, что теория и методика спортивной тренировки

Л. П. Матвеева никоим образом не учитывает реально работающие законы физиологии и уже потому несостоятельна. Альтернативу С. Е. Павлов видит в блоковой системе тренировки, констатируя, что «...консерваторы от спортивной педагогики дружно приняли в штыки теоретические разработки профессора Ю. В. Верхошанского, проигнорировав факты успешного применения этих разработок. <...> Сегодня нет ни одного автора, на которого можно было бы возлагать надежды в связи с созданием реально работающей «специальной теории спорта».

Основные новации Ю. В. Верхошанского таковы: «Монолитное образование, система тренирующих воздействий, дифференцирующаяся на микроциклы... что предусматривает прежде всего повышение мощности механизмов энергообеспечения специфической работоспособности как главное причинное условие прогресса спортивного мастерства на его высшем уровне. <...> Блоковая система – это форма организации тренировочного процесса в годичном цикле, предназначенная исключительно для спортсменов высокого класса, а способы ее реализации предназначены только для спортсменов с уже достаточно высокоразвитыми физическими качествами». Отсюда следует, что при подготовке спортивного резерва данный подход должен применяться весьма осмотрительно, а общие рекомендации Ю. В. Верхошанского и С. Е. Павлова далеки от реальных возможностей, тем более что они не учитывают важнейшей психологической составляющей.

На наш взгляд, решение проблемы дифференциации и индивидуализации тренировочного процесса становится возможным только на основе физиологической классификации физических упражнений. Она построена на понятных и контролируемых параметрах – преобладающем пути энергообеспечения организма и мощности выполняемой работы. Основу реального использования подобного подхода заложил С. А. Душанин [3], предложивший выделять 5 биоэнергетических групп в зависимости от преобладающего пути энергообеспечения спортсмена: аэробную, анаэробно-гликолитическую, аэробно-анаэробную, анаэробно-аэробную, анаэробную. Пионером внедрения такого подхода стал В. П. Кар-

ленко [4], но его новации встретили яростную критику. В развитие их работ нами предложен комплексный подход к оценке и контролю функционального состояния и резервных возможностей [5, 6]. Кроме определения типа преобладающего пути энергообеспечения спортсмена с помощью компьютерного комплекса «D&K-TEST» мы исследовали его стрессоустойчивость, определяя уровень устойчивости эмоций по Айзенку и уровень личностной тревожности по Спилбергеру – Ханину [7].

На основе исследования физиологического и психологического статуса более 1200 спортсменов нами разработаны количественные модельные характеристики спортивного отбора, планирования и контроля многолетней подготовки спортивного резерва в различных видах спорта.

#### Библиографические ссылки

1. Павлов С. Е. Теория и методика спорта – от консерватизма к деградации // Олимпийский бюллетень. – 2012. – № 13. – С. 206–212.
2. Верхошанский Ю. В. На пути к научной теории и методологии спортивной тренировки // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 2. – С. 21–42.
3. Душанин С. А. Биоэнергетический мониторинг в спорте: новые принципы экспресс-контроля аэробного и анаэробного порога // Основы управления тренировочным процессом спортсменов: сб. науч. трудов / отв. ред. В. Н. Платонов. – Киев : КГИФК, 1982. – С. 80–88.
4. Карленко В. П. Кардиомониторинг “D&K-TEST” как метод диагностики для определения функционального состояния и резервных возможностей организма спортсменов // Актуальные проблемы физической культуры и спорта. – 2008. – № 15. – С. 39–50.
5. Гибадуллин И. Г. Способ экспресс-диагностики функционального состояния и резервных возможностей организма в учебно-тренировочном процессе спортсменов // Проблемы физкультурного образования: содержание, направленность, методика, организация : материалы междунар. науч. конгресса. – Белгород : Изд-во БелГУ, 2009. – Ч. 2. – С. 10–12.
6. Лазаренко С. В., Лазаренко В. Г. Психологическая диагностика в спорте : метод. пособие. – Ижевск : Изд-во ИжГТУ, 2008. – 28 с.
7. Практикум спортивной психологии / под ред. И. П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002.

*I. G. Gibadullin*, Doctor of Education, Professor, Kalashnikov Izhevsk State Technical University

*V. G. Lazarenko*, PhD in Medicine, Associate Professor, Kalashnikov Izhevsk State Technical University

*V. S. Kozhevnikov*, PhD in Education, Kalashnikov Izhevsk State Technical University

#### Physiological and Psychological Criteria of Planning and Control of the Process of Sports Reserve Preparation

*A comprehensive approach in assessing and monitoring the functional status and reserve capacity of representatives of different sports is offered. The type of the dominant way of a sportsmen energy supply and the level of his stress resistance are determined. Based on studying more than 1,200 athletes the model characteristics of sport selection, planning and monitoring the long-term preparation of sports reserve are developed.*

**Keywords:** sports reserve, type of energy supply, stress resistance, training process.

Получено 05.05.14