

На правах рукописи

КОТОВА Татьяна Германовна

**ДИФФЕРЕНЦИАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТОВ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ТЕХНИКЕ СПОРТИВНЫХ
ЕДИНОБОРСТВ С ОПОРОЙ НА ЛИЧНОСТНЫЙ ОПЫТ
ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

13.00.04 Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной
и адаптивной физической культуры

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Тюмень - 2015

Диссертация выполнена на кафедре спортивных дисциплин
ФГБОУ ВО «Тюменский государственный университет»

Научный руководитель – доктор педагогических наук, профессор
Манжелей Ирина Владимировна

Официальные оппоненты: **Свищев Иван Дмитриевич**,
доктор педагогических наук, профессор,
ФГБОУ ВПО «Российский государственный
университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма», кафедра теории и методики
единоборств, профессор кафедры (г. Москва);
Дворкин Леонид Самойлович,
доктор педагогических наук, профессор,
ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный
университет физической культуры, спорта и
туризма», кафедра физкультурно-
оздоровительных технологий, профессор кафедры
(г. Краснодар).

Ведущая организация – ФГБОУ ВПО «Адыгейский государственный
университет»

Защита состоится 10 декабря 2015 года в 14.00 часов на заседании
диссертационного совета Д 212.274.01, созданного на базе ФГБОУ ВО
«Тюменский государственный университет», по адресу: 625003, г. Тюмень,
ул. Семакова, 10, ауд. 211.

С диссертацией можно ознакомиться в ИБЦ ФГБОУ ВО «Тюменский
государственный университет» по адресу: 625003, г. Тюмень, ул. Семакова, 18,
а также на официальном сайте ТюмГУ, код доступа: <http://d21227401.utmn.ru>

Автореферат разослан 15 октября 2015г.

Ученый секретарь
диссертационного совета

Строкова Т.А.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. В рамках обновления педагогического образования в России на рубеже XXI века, разработки и внедрения профессионального стандарта педагога большое внимание уделяется подготовке педагога новой формации, готового к работе с детьми и подростками, в том числе с ослабленным здоровьем, обладающего широким диапазоном когнитивных, коммуникативных и двигательных способностей, чтобы помочь учащимся найти себя в будущем, стать уверенными в себе людьми, уметь защитить себя и своих близких. В связи с этим спортивный педагог должен владеть техникой различных видов спорта, в том числе единоборств, для организации пользующегося популярностью у школьников спортизированного физического воспитания (В.К.Бальсевич, Л.И. Лубышева), то есть обладать большим спектром общекультурных и профессиональных компетенций.

Вопросы развития высшего физкультурного образования и формирования компетенций спортивных педагогов рассмотрены в работах М.Я. Виленского, Е.Ф.Орехова, С.Г. Сейранова, В.А.Магина и др. Однако проблема подбора педагогического инструментария, необходимого для оценки и формирования профессиональных компетенций у будущих учителей физической культуры и тренеров с опорой на личностный опыт двигательной деятельности, в литературных источниках решается унифицированно, мало затрагивая конкретные предметные области, в том числе единоборства.

Несмотря на то, что в последние десятилетия развитию единоборств в России посвящен ряд работ – А.А. Передельским (2009) представлен глубокий анализ социально-педагогической системы спортивных единоборств, Х.А. Тонояном (2002) разработана технология подготовки специалистов по физической культуре с углубленным изучением единоборств, в исследованиях К.С. Лавриченко (2008), Г.Г.Мельчаковой (2005), Ю.Н. Труфанова (2012) осуществлен подбор содержания обучения студентов единоборствам, а А.А. Клетнева (2006), В.Л. Дементьев (2004) представили методику обучения технико-тактическим действиям в различных видах единоборств, – эффективность обучения студентов институтов физической культуры, специализирующихся в различных видах спорта, технике спортивных единоборств невелика в силу отсутствия дифференцированных технологий обучения в рамках стандартов третьего поколения.

Анализ теории и практики подготовки бакалавров физической культуры позволил выделить ряд **противоречий**:

- между потребностью общества в универсальных, творчески активных, обладающих общей и профессиональной культурой спортивных педагогов, способных готовить детей к жизни в динамичном, часто небезопасном мире

информационной культуры, и традиционным содержанием учебного процесса в институтах физической культуры, не в полной мере обеспечивающим запросы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ;

- между требованиями государственных образовательных стандартов к уровню и качеству профессиональной подготовки спортивных педагогов и недостаточной проработанностью педагогического инструментария для формирования и оценки профессиональных компетенций;

- между традиционной академической групповой системой обучения, не учитывающей спортивную специализацию студентов, и необходимостью организации дифференцированного образовательного процесса, ориентированного на учет физического и биомеханического потенциала студента (личностного опыта спортивной деятельности) в процессе формирования техники спортивных единоборств.

Таким образом, проблема подготовки спортивных педагогов с широким репертуаром двигательного опыта попадает в смысловое поле современного педагогического образования: формирование общекультурной и профессиональной компетентности и готовности реализовать полученный опыт спортивных единоборств в профессиональной деятельности, что определило выбор темы нашего исследования: «Дифференциация обучения студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности».

Личностный опыт двигательной деятельности определяется нами как результат практического освоения и выполнения физкультурно-спортивной (спортивная специализация) деятельности, опирающийся на приобретенные знания, умения и физические кондиции человека, а также сформированное отношение к данной деятельности, ориентированной на самосовершенствование.

Объект исследования – процесс обучения студентов института физической культуры.

Предмет исследования – содержание и условия дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

Цель исследования – выявление ключевых оснований для дифференциации обучения спортивных педагогов, теоретическое и экспериментальное обоснование содержания и условий дифференциации обучения студентов по дисциплине «Единоборства» с опорой на личностный опыт двигательной деятельности, позволяющих повысить эффективность образовательного процесса.

Гипотеза исследования. Мы предположили, что повышение качества учебного процесса по дисциплине «Единоборства» возможно, если:

- опираясь на положение А.Н. Леонтьева о единстве сознания и деятельности, формировать технику двигательных действий с опорой на личностный опыт двигательной деятельности студентов (биомеханические особенности движений в виде спорта, морфофункциональную, физическую, мотивационную готовность);

- осуществить отбор сквозных дидактических единиц (универсальных двигательных действий) и структурирование учебного материала в самбо, дзюдо, греко-римской и вольной борьбе в соответствии с тремя модулями, ориентированными на развитие *ведущих физических качеств, обучение технике и интегральную подготовку*;

- дополнить содержание обучения студентов технике единоборств заданиями теоретической, методико-практической направленности (схемы, учебные карточки, технологические карты, опорные конспекты) и самостоятельной работы (комплексные ситуационные задачи, идеомоторные тренировки), ввести упражнения для развития западающих физических кондиций (повторно-интервальный, переменно-интервальный, круговой, игровой, соревновательный, кроссфит) и предупреждения типичных ошибок (комплексы общих и специальных: имитационные, подводящие, комбинированные (сопряженные), идеомоторные упражнения);

- дифференцировать темп, методы, приемы обучения и контроля через выделение групп студентов, имеющих различный опыт занятий (специализации в виде спорта) циклическими, ациклическими или ситуационными (спортивные игры и единоборства) видами спорта;

- для прояснения студентами личностных смыслов выполнения каждого двигательного действия применять конкретизацию целей и актуализацию значимых мотивов деятельности, а также смысловой анализ техники единоборств и активные методы (модерация, анализ конкретных проблемных ситуаций, работа в парах, мультимедиа);

- использовать рейтинговую систему оценки учебных достижений студентов для формирования мотивации учения;

- критериями оценки эффективности обучения студентов технике спортивных единоборств считать повышение уровня знаний, умений, двигательного опыта и позитивные изменения свойств и качеств личности студентов.

В соответствии с целью и гипотезой исследования были сформулированы следующие **задачи**:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по проблеме обучения студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств.

2. Выявить структуру и содержание личностного опыта двигательной деятельности и индивидуально-личностные особенности у студентов, обучающихся в институте физической культуры.

3. Обосновать методологические основания дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с учетом личностного опыта двигательной деятельности.

4. Разработать, теоретически и экспериментально обосновать технологию дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

Методологической и теоретической основой исследования явились:

- методология и теория педагогических исследований (В.И. Загвязинский, В.В. Краевский, М.М. Поташник);

- теории деятельности и субъективных смыслов, мотивации деятельности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.А. Леонтьев);

- идеи личностно-деятельностного (П.Я. Гальперин, И.А. Зимняя, Н.Ф.Талызина), личностно-ориентированного (Е.В. Бондаревская, М.Я.Виленский, В.В. Сериков, И.С. Якиманская и др.) и компетентностного подходов в образовании (А.А. Вербицкий, И.А. Зимняя, Э.Ф. Зеер, Ю.Г. Татур и др.);

- теории и технологии обучения (В.П. Беспалько, Ю.К. Бабанский, В.И.Загвязинский, М.В.Кларин и др.), дифференциации обучения (Ю.К. Бабанский, И.М. Осмоловская, И.Э. Унт и др.), модульно-блочного обучения (М.А. Чошанов);

- основные положения теории и методики физического воспитания и спорта (Б.А. Ашмарин, Л.П. Матвеев, Н.Г. Озолин, В.Н. Платонов, Ж.К. Холодов и др.);

- идеи модернизации процесса профессиональной подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта (Е.Ф. Орехов, С.Г. Сейранов, В.А. Магин);

- труды по основам спортивной физиологии и классификации физических упражнений (В.М. Волков, Я.М. Коц, А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб, В.С. Фарфель и др.); законы формирования двигательных действий (М.М. Боген); психологические основы волевой подготовки в спорте (А.Ц. Пуни); психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений (Т.Т. Джамгаров);

- работы по теории и методике спортивной борьбы (И.И. Алиханов, Ю.М.Беников, Я.К. Коблев, Р.А. Пилюян, И.Д. Свищев, Г.С. Туманян, Ю.А. Шахмурадов, Ю.А.Шулика и др.).

Методы исследования: *теоретические* (анализ психолого-педагогической и специальной литературы по проблеме исследования, обобщение, моделирование) и *эмпирические* (опытно-поисковая работа, наблюдение, анкетирование и тестирование, врачебно-педагогические обследования и методы математико-статистической обработки информации).

Организация исследования. Исследование проводилось в течение 2009-2014 гг. на базе Института физической культуры Тюменского государственного университета и включало три этапа.

На первом этапе (2009-2010 гг.) изучалось состояние проблемы в высшем спортивно-педагогическом образовании, а также в теории и практике физической культуры и спорта. Были сформулированы цель, рабочая гипотеза, поставлены задачи и проведено пилотажное исследование.

На втором этапе (2011-2013 гг.) автором была организована опытно-поисковая работа, разрабатывалась и экспериментально проверялась технология дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

На третьем (2013-2014гг.) осуществлялась обработка результатов опытно-поисковой работы, осуществлены их систематизация и обобщение, сформулированы выводы, оформлен текст диссертации.

Научная новизна

1. *Установлены* факторы, влияющие на качество выполнения техники спортивных единоборств: *внешние – статусно-символические* (ранг соревнований, квалификация соперников и др.), *коммуникативные* (поведение тренера, болельщиков и др.), *эко-предметные* (климатические условия в спортивном зале, спортивная форма) и *внутренние – физические кондиции* (координационные и скоростно-силовые способности, выносливость, гибкость); *типичные ошибки техники* (кинематические и динамические характеристики выполняемых ДД); *психологические* (локус контроля, доминирующий мотив – избегание неудач, недостаточно устойчивый интерес к педагогической деятельности, уровень психоэмоционального состояния).

2. *Выявлены типичные ошибки при освоении техники единоборств:* неумение ситуационно сохранять и изменять положение тела в пространстве; направление, темп и амплитуда движений; низкая скорость выполнения движений; сохранение устойчивости тела; несоразмерность мышечных усилий; рассогласованность движений рук и ног; закрепощенность движений туловища и нижних конечностей; внесение в двигательное действие лишних движений.

3. *Определены* интегративные параметры, необходимые для описания личностного опыта двигательной деятельности: особенности движений; особенности координации; специфика техники; ведущие физические качества; морфологические особенности; ведущие волевые качества; характер спортивного взаимодействия.

4. *Уточнены* и систематизированы ключевые дидактические модули по дисциплине «Единоборства» (самбо, дзюдо, греко-римская, вольная борьба):

развитие *ведущих физических качеств* (координационные и скоростно-силовые способности, выносливость, гибкость); *обучение технике и тактике спортивных единоборств*: ключевые рабочие позы (в стойке, полустоя, полулежа, в партере, лежа), универсальные двигательные действия (в защите и нападении: броски; удержания; защиты; контрприемы и комбинации) и *интегральная подготовка* (психологическая, соревновательная и судейская практика).

5. *Разработана* технология дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности (циклические, ациклические, ситуационные виды спорта), характеристиками которой являются: *диагностичность* (цели, задачи и критерии достижения результатов для разных групп), *алгоритмичность* (последовательность усвоения знаний, умений, двигательного опыта, включающая три ступени: диагностико-проектировочную, содержательно-технологическую и результативную), *эффективность* (темп прохождения, качество выполнения и ресурсное обеспечение обучения студентов технике двигательных действий), *воспроизводимость* (наличие четкой схемы и возможность применения в условиях основной и профессиональной школы).

6. *Обоснована* эффективность применения технологии дифференциации обучения студентов технике единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности и индивидуальных особенностей студентов; совершенствование физических кондиций; коррекции типичных ошибок в обучении: создание схемы ориентировочной основы действия и смысловой связи всех основных опорных точек, смысловой анализ техники единоборств, контроль, взаимоконтроль и самоконтроль студентами своих двигательных действий, что позволило достичь достоверного повышения результатов в технике единоборств, уровня физических кондиций, а также позитивных изменений индивидуальных особенностей студентов.

Теоретическая значимость

- выявлены возможности дифференциации в рамках различных моделей физического воспитания: в традиционной – *селективная* («внешнее во внутреннее»); в развивающей модели – *селективно-элективная* («внешняя организация внутренних процессов развития»), применяемая в рамках нашего исследования; в личностно-ориентированной – *элективная* («внешнее через внутреннее»); в компетентностной (или личностно-деятельностной) – *элективно-селективная* («внутреннее во внешнее»);

- уточнено понятие *личностный опыт двигательной деятельности* за счет акцента на результате практического освоения и выполнения физкультурно-спортивной (спортивная специализация) деятельности, опирающийся на приобретенные знания, умения и физические кондиции человека, а также

сформированное отношение к данной деятельности, ориентированной на самосовершенствование;

- разработана модель технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств, включающая три ступени: диагностико-проектировочную, содержательно-технологическую и результативную, отличительными особенностями которой является опора на личностный опыт двигательной деятельности студентов (специализации по видам спорта); дифференцированное обучение технике спортивных единоборств на основе коррекции типичных ошибок и развитии отстающих физических качеств, а также степени самостоятельности, ответственности и активности; освоение действий через смысловой анализ конкретных проблемных ситуаций; работа в парах (стандартные, вариативные условия); групповая работа (модерация); самоконтроль студентов за собственной деятельностью; ведение учебных, учебно-тренировочных и соревновательных поединков.

Практическая значимость заключается:

- в разработке технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности (спортивная специализация), развитии специальных физических качеств (содержание, методы, условия для сформированных групп) и учете типичных ошибок, возникающих при обучении технике двигательных действий, применимой в обучении студентов как в институтах физической культуры, так и в спортизированном физическом воспитании учащихся и студентов;

- в выделении универсальных двигательных действий техники в спортивных единоборствах (самбо, дзюдо, греко-римская, вольная борьба): *броски в стойке* – через бедро, спину (плечо) с колена (колен) захватом руки на плечо, спину с захватом руки на плечо, через плечи с колен «мельница»; *приемы в партере*: удержание (туше) сбоку, поперек, со стороны головы; перевороты: забеганием захватом руки на ключ и предплечьем на шею, скручиванием захватом рук сбоку, накатом захватом шеи из-под плеча и туловища сверху, скручиванием захватом предплечья изнутри; *комбинации бросков* – удержание (туше): через бедро – поперек; через спину (плечо) с колена – сбоку; через спину с захватом руки на плечо – со стороны головы; через плечи с колен «мельница» – со стороны головы;

- в разработке содержания технологической карты обучения двигательным действиям, которое применительно к трем этапам (начального, углубленного разучивания, совершенствования) включает: *цели* (формирование мотивации, знаний и двигательного представления; закрепление знаний, двигательных представлений; увеличение скорости, свободы, вариативности действий) *и, что особенно важно, содержание деятельности преподавателя* (учебные шаги:

постановка цели; обозначение смысловой связи; направленность на усвоение двигательных действий с экономизацией энергозатрат) *и деятельности студента* (отношение; знание, понимание; двигательный опыт), *результаты обучения* (ознакомления с движением; двигательное умение; двигательный динамический стереотип);

- в разработке педагогического инструментария для выявления (анкеты, тесты), предупреждения (идеомоторные упражнения, модерация, проблемные ситуации, работа в парах), развития отстающих физических качеств и коррекции типичных ошибок при выполнении техники единоборств (основные опорные точки; комплексы общих и специальных: имитационных, подводящих, комбинированных (сопряженных); идеомоторных упражнений; смысловой анализ; самоконтроль);

- в определении критериев оценки техники спортивных единоборств и специальных физических качеств в соответствии с рейтинговой оценкой учебных достижений, которые позволят более точно выявлять результаты обучения студентов.

Апробация результатов исследования. Материалы исследования докладывались и обсуждались на международных (с. Wiesbaden, Germany, 2012 г.; Омск, 2014; г. Новосибирск, 2014; г. Ставрополь, 2014), всероссийских (г. Тула, 2014; г. Тюмень, 2011, 2012, 2013, 2014; г. Челябинск, 2013, 2014), региональных научно-практических конференциях (г. Тюмень, 2012, 2013, 2014, 2015).

Достоверность полученных результатов и сделанных выводов исследования подтверждается использованием значительного объема теоретического материала, касающегося проблем обучения студентов технике спортивных единоборств; применением адекватных методов исследования, значимостью полученных результатов; продолжительностью опытно-поисковой работы; количественным и качественным анализом ее результатов; внедрением в практику обучения студентов разработанных автором методических материалов.

Положения, выносимые на защиту

1. Вопреки распространенному мнению, согласно которому традиционно обучение студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств осуществляется на основе изучения элементов техники отдельно в каждом виде борьбы без опоры на двигательный опыт студентов, считаем более эффективным одновременное обучение универсальным (сквозным) двигательным действиям, применяемым во всех изучаемых видах единоборств, с опорой на личностный опыт двигательной деятельности студентов, дифференцируя темп, средства и методы обучения и контроля, развивая отстающие физические качества и предупреждая типичные ошибки.

2. Обоснована целесообразность применения технологии

дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности (циклические, ациклические, ситуационные виды спорта), развитие физических кондиций и учетом типичных ошибок при выполнении техники двигательных действий через продуктивное педагогическое взаимодействие, формирование мотивации, подбор и варьирование средств и методов обучения на основе различных подводящих упражнений, развития отстающих физических качеств и коррекции ошибок, а также рейтингового контроля за результатами учебной деятельности в процессе прохождения диагностико-проектировочной, содержательно-технологической и результативной ступеней в разном темпе и до разного уровня (минимального, базового, повышенного) освоения учебного материала по всем модулям.

3. При реализации технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств следует опираться на следующие принципы: *опоры на личностный опыт двигательной деятельности* (специализации по видам спорта) для формирования учебных групп, постановки целей, уточнения содержания, методов и приемов обучения и контроля; *вариативности процесса обучения* для альтернативного выбора студентами темпа и уровня освоения учебного материала; *продуктивного взаимодействия* для согласования целей, методов и форм учебной работы (студент-преподаватель; студент-студент), способствующих решению учебных задач, стимулирующих личностное развитие студентов; *значимой мотивации* для стимулирования учебно-познавательной активности через осознание смыслов (для меня лично и практической деятельности) и смысловой анализ каждого двигательного действия.

4. Доказана эффективность применения технологической карты обучения двигательным действиям, которая включает три этапа (начального и углубленного разучивания, совершенствования), цели, содержание деятельности преподавателя и студента, результаты обучения, на основе создания общего схематичного, нерасчлененного, преимущественно зрительно-двигательного образа изучаемого упражнения на первом этапе к расчлененному, детализированному, мысленно-двигательному образу на втором этапе и к свернутому, обобщенному, мышечно-двигательному образу на третьем этапе через достоверное повышение уровня физической подготовленности ($p < 0,05$), повышение качества выполнения техники спортивных единоборств (от 25 до 60%), уровня сформированности компетенций (повышенный уровень от 15 до 65%), а также положительной динамики индивидуальных особенностей студентов и интереса к педагогической деятельности (устойчивый от 20% до 66%).

Структура и объем диссертации. Работа включает в себя введение, четыре главы, выводы, список литературы и приложения. Диссертация изложена на 215

страницах текста, содержит 38 таблиц, 31 рисунок и 19 приложений. Список литературы содержит 257 источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении раскрываются проблема и актуальность диссертационного исследования, формулируются объект, предмет, цель, гипотеза и задачи. Описываются методы и теоретические основы. Раскрываются научная новизна, теоретическая и практическая значимость, этапы работы. Представлены основные положения, выносимые на защиту, апробация и внедрение результатов исследования.

В первой главе **«Особенности обучения студентов институтов физической культуры технике единоборств»** анализируются организационные основы высшего спортивно-педагогического образования в контексте компетентностного подхода, содержание и условия дифференциации обучения, рассмотрены особенности обучения студентов техники спортивных единоборств.

В рамках реализации новой стратегии образования спортивный педагог должен обладать спектром общекультурных и профессиональных компетенций и способностью применять межпредметные и надпредметные знания, умения и личностный опыт в профессиональной деятельности (Е.Ф. Орехов, В.А. Магин, Т.В. Фендель). Подготовка спортивного педагога в рамках программ академического бакалавриата тесно связана с повышением активности и самостоятельности студентов (В.В. Богданова, С.В. Ереги́на, В.В. Кадомцев, С.В. Кузьмина), что предполагает дифференциацию учебного процесса.

Вслед за И.В. Манжелей, нами уточнены виды дифференциации, типичные для различных моделей образования и физического воспитания: *селективная дифференциация* реализуется в «знаниевой» модели образования, а в физическом воспитании – в «кондиционной» модели по принципу – «внешнее во внутреннее» (В.В. Зайцева, Е.А. Короткова, В.В. Мякотных и др.); *селективно-элективная* – в развивающей по принципу – «внешняя организация внутренних процессов» (А.Г. Алферов, С.В. Курочкин, В.А. Романович); *элективная* – в личностно-ориентированной по принципу – «внешнее через внутреннее» (Н.В. Барышева, Н.Н. Войткевич, Я.М. Виленский, В.А. Стрельцов и др.); *элективно-селективная* – в личностно-деятельностной или компетентностной модели образования, основной принцип реализации которой – «внутреннее во внешнее» (Л.И. Лубышева, И.В. Манжелей, С.А. Котло, Т.В. Фендаль и др.). В нашем исследовании применяется селективно-элективный вид дифференциации, в основе которого лежат учет опыта занятий конкретными видами спорта (циклические, ациклические, ситуационные) и создание условий для развития познавательных и двигательных способностей на основе подбора дидактических средств и системы педагогических воздействий.

Спортизация физического воспитания подтвердила довольно высокий рейтинг спортивных единоборств у учащихся образовательных учреждений и актуализировала подготовку спортивных педагогов по дисциплине «Единоборства» (Х.А. Тоноян, Ю.Н. Труфанов, В.В. Карпухин и др.). Однако обучение студентов технике спортивных единоборств сопряжено с рядом проблем: необходимостью обучить базовой технике ключевых двигательных действий в стойке, партере и комбинациях в короткие сроки (108 ч.); наличием опыта занятий конкретным видом спорта, часто не связанным с единоборствами, который нередко мешает освоению техники из-за различных особенностей телосложения, биомеханического потенциала и сформированных ранее двигательных стереотипов, что актуализирует применение дифференциации обучения студентов с опорой на личностный опыт двигательной деятельности (ЛОДД).

В ходе работы нами были выделены группы видов спорта: циклические, ациклические и ситуационные (В.С. Фарфель) и описаны специфические особенности опыта двигательной деятельности у спортсменов, занимающихся ими по семи параметрам. В основу трех из них были положены характеристики, которые относятся к структуре двигательных действий в различных видах спорта: особенности движений, координации, специфичность техники (В.С. Фарфель), три – характеризуют особенности физического состояния спортсменов с учетом требований, предъявляемых видом спорта: физические кондиции, морфологические особенности, волевые качества (У. Шелдон, М.Ф. Иваницкий А.Ц. Пуни), один параметр описывает характер спортивного взаимодействия (Т.Т. Джамгаров).

У представителей циклических видов спорта техника двигательных действий характеризуется оптимизацией энергозатрат; рациональным использованием времени и пространства; интенсивностью; высокой общей и скоростной выносливостью, быстротой движений, силой. В ациклических видах спорта выполнение техники двигательных действий требует от спортсменов пространственной и временной точности межмышечной координации; тонкости вращательных дифференцировок; равновесия при наибольшей амплитуде; доминированием силовой выносливости, координации, гибкости и скоростно-силовых способностей. В ситуационных видах спорта важным являются четкое построение техники движений при наименьшей затрате времени; изменение рабочих поз и форм действий; дифференцированные требования к расходу энергии и интенсивности мышечной деятельности; преобладание скоростно-силовых способностей, быстроты, координации, динамической и статической силовой выносливости.

Таким образом, ЛОДД студентов, в зависимости от специфики избранного ими вида спорта различен, что и было положено нами в основу дифференциации

учебного процесса по дисциплине «Единоборства».

Во второй главе **«Методы и организация опытно-поисковой работы»** представлены инструменты и процедура опытно-поисковой работы, а также данные установочного этапа.

Вся опытно-поисковая работа (ОПР) была организована по типу линейного исследования и состояла из трех этапов. *Установочный этап (1)* проводился в 2009-2011 учебных годах (ЭГ-1). На данном этапе ОПР были решены следующие задачи: осуществлен анализ ЛОДД и индивидуальных особенностей студентов по следующим компонентам: *мотивационно-личностный, когнитивно-операциональный, рефлексивно-кондиционный*; отобран учебный материал и определены универсальные двигательные единицы: двигательные действия в стойке (4 ед.) и партере (7 ед.), комбинации (4 ед.); сформированы группы студентов для осуществления дифференцированного обучения соответственно с принадлежностью к виду спорта: Гр-1 – циклические виды спорта, Гр-2 – ациклические, Гр-3 – ситуационные, причем данную группу мы разделили на две подгруппы: в первую (Гр-3-А) вошли студенты, занимающиеся спортивными играми, во вторую (Гр-3-Б) – единоборствами; определены типичные ошибки в технике единоборств и отстающие физические качества, а также степень самостоятельности, ответственности и активности студентов. *Эмпирически-преобразующий этап (2)* проводился в 2011-2012 учебном году (ЭГ-2). На данном этапе решались задачи: модульно-блочное структурирование учебного материала и применение рейтинговой системы оценки учебных достижений студентов; подобраны средства и методы (комплексы общих и специальных упражнений), компенсирующие исправление типичных ошибок в технике двигательных действий, и развитие отстающих физических качеств с учетом ЛОДД; изучение физкультурно-спортивных потребностей и мотивов, эмоционального отношения студентов к занятиям. *Конструктивно-преобразующий этап (3)* был проведен в 2012 и 2014 гг. (ЭГ-3). Задачами данного этапа дополнительно стали: разработка технологической карты обучения двигательному действию (ТКОДД); организация обучения студентов технике спортивных единоборств на основе создания образа «ориентировочной основы действия» (ООД) и выделения «основных опорных точек» (ООТ); осуществление смыслового анализа техники единоборств; изучение индивидуально-типологических особенностей студентов и профессионального интереса к педагогической деятельности.

В ходе установочного этапа было выявлено, что во всех группах (юноши, девушки) техника двигательных действий (ТДД) соответствовала оценкам «удовлетворительно» – от 14 до 38 %; «хорошо» – от 46 до 51 %, «отлично» – от 15 до 30%, лишь в подгруппе студентов, занимающихся единоборствами, 100% – «отлично».

Уровень развития общих физических качеств (ОФП) у студентов соответствовал – 20 % «высокому» и 80 % «выше среднего», в подгруппе единоборств 60% – «высокому» и 40 % – «выше среднего», а уровень развития специальных физических качеств (СФП) соответственно от 20 до 40 % «выше среднего», от 20 до 60 % «среднему», от 20 до 70% «ниже среднего» уровням, а в подгруппе единоборств – 60% «выше среднего», 40% – «высокому» уровню. В процессе обучения студентов технике единоборств мы выделили типичные ошибки, влияющие на эффективность выполнения техники единоборств (табл. 1) и отстающие специальные физические качества. В группе студентов, занимающихся циклическими видами спорта, – координация, гибкость, сила мышц пояса верхних конечностей; ациклическими – у юношей скоростно-силовые способности и координация, а у девушек скоростно-силовые способности и сила мышц спины; ситуационными видами спорта – сила мышц пояса верхних конечностей, сила мышц туловища, координация и гибкость.

Таблица 1

Типичные ошибки при выполнении техники спортивных единоборств

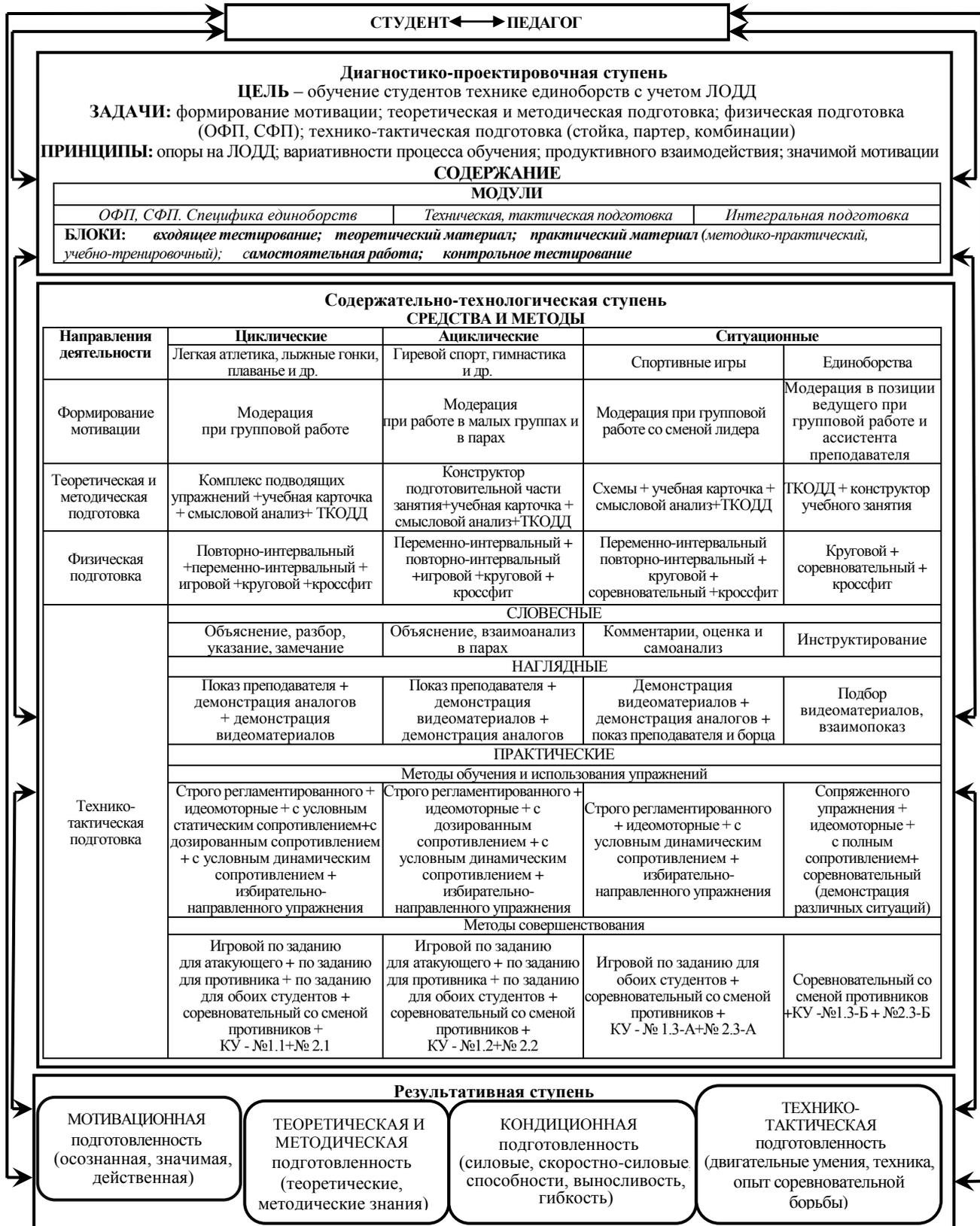
Группы	Типичные ошибки при выполнении техники двигательных действий
Циклические (ГР-1)	рассогласованность движений рук и ног (И=3,8); неумение ситуационно сохранять и изменять положение тела в пространстве (И=3,3); закрепощенность движений туловища и нижних конечностей (И=3,1)
Ациклические (ГР-2)	<u>юноши (атлетизм – гиревой спорт):</u> неумение ситуационно сохранять и изменять положение тела в пространстве (И=3,6); внесение в двигательное действие лишних движений (И=3,4); низкая скорость выполнения движений (И=3,3); закрепощенность движений туловища (И=3,2); несоразмерность мышечных усилий (И=3,2); <u>девушки (гимнастика):</u> рассогласованность направления, темпа и амплитуды движений (И=3,9); неумение ситуационно сохранять и изменять положение тела в пространстве (И=3,7)
Ситуационные (ГР-3-А)	рассогласованность движений рук и ног (И=3,5); закрепощенность движений верхних и нижних конечностей (И=3,5); рассогласованность направления, темпа и амплитуды движений (И=3,0)

С целью коррекции типичных ошибок, возникающих при выполнении техники двигательных действий, были подобраны подводящие упражнения, а для совершенствования специальных физических качеств – разные комплексы, направленные на их развитие. Именно с учетом результатов установочного этапа ОПР нами были определены цель, основные задачи, содержание, средства и способы технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на ЛОДД.

В третьей главе «**Технология дифференциации обучения студентов технике единоборств**» представлены модель и технология дифференцированного обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

Основанием технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на ЛОДД являлись: теория деятельности А.Н.Леонтьева, законы обучения двигательным действиям (ДД) М.М.Богена, формирование двигательных представлений (ДП) в процессе освоения новых упражнений Ю.К. Гавердовского и исследования специалистов в сфере

единоборств (И.В. Свищева, Г.С. Туманяна, Ю.А. Шулики, Ю.А. Шахмурадова и др.). Учитывая данные положения, мы подобрали содержание, средства, методы коррекции типичных ошибок, развития отстающих физических качеств и темп обучения с опорой на спортивные специализации студентов (рис.1).



ТКОДД - технологическая карта обучения двигательным действиям; КУ - комплекс упражнений

Рис.1. Модель дифференцированного обучения студентов технике спортивных единоборств

На диагностико-проектировочной ступени было осуществлено модульно-блочное структурирование учебного материала (М.А. Чошанов), разработана рейтинговая оценка учебных достижений, был проведен сбор информации об особенностях ЛОДД студентов, сформированы группы в соответствии с принадлежностью к видам спорта и определены отстающие специальные физические качества и типичные ошибки, возникающие при выполнении техники двигательных действий. Для эффективной организации учебного процесса студентов с целью выявления занимающихся, нуждающихся в большей помощи и внимания со стороны преподавателя, нами были выделены такие индивидуально-личностные особенности, как локус субъективного контроля, доминирующий тип мотивации, профессиональный интерес к педагогической деятельности; изучалось влияние учебных занятий на эмоциональную окраску переживаний студентов.

Содержательно-технологическая ступень предполагала работу по технологической карте обучения ДД (ТКОДД), которая детализировала процесс обучения по: этапам, целям, результатам и конкретизировала деятельность преподавателя и студента. Состав упражнений формировался с учетом особенностей видов борьбы, обеспечивая их прочное усвоение, и включал: имитационные, подводящие, комбинированные (сопряженные), идеомоторные упражнения, направленные на коррекцию типичных ошибок в технике ДД и развитие физической подготовленности студентов. Основные различия в обучении сформированных групп заключались в постановке и реализации задач техники обучения студентов (сложность двигательных действий, темп и уровень освоения, количество повторений, режимы работы и отдыха) в связи со специфическими требованиями, которые предъявляются к составу необходимых технических действий в единоборствах.

На этапе начального разучивания двигательного действия (ДД) деятельность преподавателя была направлена на постановку цели; обмен смыслами и создание двигательного представления (ООД) через логический, зрительный и кинестезический образы по основным опорным точкам (ООТ); осуществление контроля, взаимоконтроля и формирование самоконтроля студентов за собственной деятельностью. При этом обучение технике в Гр-1, Гр-2, Гр-3-А проводилось преимущественно по частям, а в Гр-3-Б – методом сопряженного упражнения. Развитие отстающих физических качеств осуществлялось в Гр-1 в основном повторно-интервальным методом, в Гр-2 и Гр-3-А – переменным-интервальным, а в Гр-3-Б – круговым.

Освоение студентами ДД осуществлялось через восприятие ДП; проживание образов логического (проговаривание, словесные формулы), зрительного (мысленное представление – визуализация), кинестезического (прочувствование – двигательные ощущения); освоение развернутой ООД по всем ООТ (внутренняя речь – осознание, мышечная память).

На этапе углубленного разучивания ДД преподаватель обозначал смысловую связь всех ООТ в ООД; создавал развернутую, детализированную ООД по всем ООТ, осознаваемую через логический, зрительный и кинестезический образы; осуществлял контроль. Обучение технике ДД проводилось с помощью строго регламентированных, идеомоторных и практических упражнений; выполнялись подводящие упражнения в облегченных условиях (от простого к сложному); выделялось время на обдумывание и алгоритм выполнения каждого ДД по всем ООТ с помощью учебных карточек, в разном темпе у разных групп студентов. Последовательность изучения техники у студентов включала комплексно-повторное выполнение алгоритма обучения технике ДД, выполнение комплекса подводящих упражнений №1, подобранного для каждой группы, направленного на исправление ранее ошибочно выполненных элементов техники, воспроизведение ДД без сопротивления и в усложненных условиях. Развитие физических качеств осуществлялось в основном по системе кроссфита с опорой на ЛООД. Деятельность студентов была направлена на понимание смысловых связей, оценку качества выполнения ДД и возможность устранения ошибок. Освоение и выполнение ДД происходило за счет узнавания, представления и воспроизведения ООД в целом; понимания логического (словесно-двигательный образ ООД – проговаривание схемы ООД и осознанный контроль во всех ООТ), зрительного (идеомоторный образ ООД), кинестезического (отождествление, распознавание сходных ДД, воспроизведение) образов изучаемого упражнения; разучивания развернутой ООД по всем ООТ (громкая речь – словесное уточнение действий в каждой ООТ).

На этапе закрепления и совершенствования ДД деятельность преподавателя была направлена на обеспечение полного усвоения движения за счет снижения энергозатрат, достижения его свободы, формирования свернутой ООД. Студенты совершенствовали технику единоборств, делая акцент на свертывании ООД (учебные карточки) в целом интервальным методом, включающим комплекс подготовительных упражнений № 2 (для каждой группы), в вариативных усложняющихся условиях; осуществлялась коррекция ошибок, контроль, взаимоконтроль. Деятельность студентов на данном этапе обучения заключалась в самооценке смысловых компонентов ДД при самоконтроле за собственной деятельностью и осуществлении самоприказов, а также в определении отклонений в технике (физические кондиции, типичные ошибки). Осознание и выполнение ДД реализовали через оценку и анализ ООД (внутренняя речь – чувственные образы – внутреннее зрение – мышечные ощущения – отождествление своего движения с дифференцировками); осуществлялось свертывание ООД.

На результативной ступени осуществлялся контроль качества усвоения

знаний, методических умений, уровня развития физических кондиций, техники спортивных единоборств, а также мотивации и профессионального интереса к педагогической деятельности. Уровень сформированности компетенций мы определяли с помощью интегративной шкалы по совокупности показателей по сжатому варианту оценки с акцентом на мотивационно-личностный (мотивация занятий), когнитивно-операциональный (физкультурно-спортивная грамотность, уровень развития технической и технико-тактической подготовленности студентов) и рефлексивно-кондиционный (уровень физической подготовленности) компоненты.

В ходе работы нами было выявлено, что студенты, занимающиеся ациклическими видами спорта и спортивными играми, осваивают учебный материал примерно на 2-3 занятия быстрее студентов группы циклических видов спорта (табл. 2).

В четвертой главе **«Экспериментальная проверка эффективности технологии дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств»** представлены результаты преобразующего этапа опытно-поисковой работы.

В ходе опытно-поисковой работы во всех группах нами выявлены положительные изменения в технике бросков в стойке, приемов партере, комбинаций бросков в стойке – прием в партере, однако показатели данных компонентов у студентов ЭГ-3 были выше, чем у студентов ЭГ-1 и ЭГ-2, причем, у студентов, занимающихся единоборствами, техника в основном соответствовала высокому уровню.

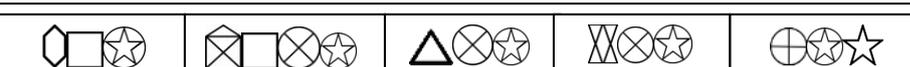
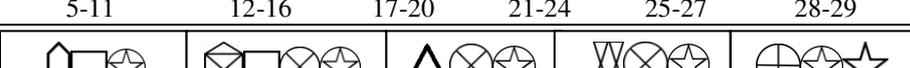
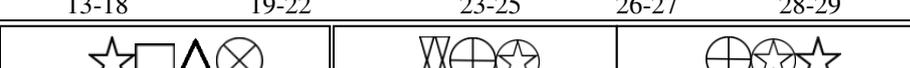
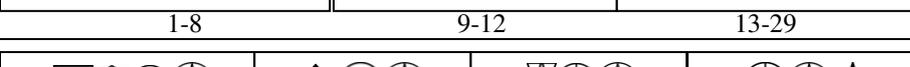
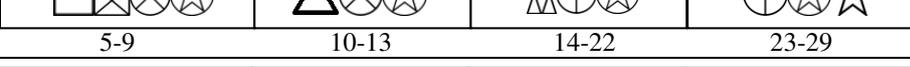
К окончанию обучения у студентов ЭГ-3 наблюдалась положительная динамика в выполнении техники бросков в стойке – стало больше студентов с оценкой «отлично» от 25 до 50 %, в Гр-3-Б у юношей – на 22,2 %, у девушек показатели остались без изменения – 100% оценка «отлично» (рис. 2, 3).

Значительный прирост наблюдался в технике выполнения приемов в партере в ЭГ-3 – стало больше студентов с оценкой «отлично» от 30 до 60 %, а у всех студентов Гр-3-Б показатели остались без изменения – «отлично». В ходе выполнения студентами ЭГ-3 техники комбинаций – от 25 до 53% соответственно, а у юношей Гр-3-Б – на 11,1%, у девушек стабильно – 100% оценка «отлично».

В процессе наблюдения за результатами СФП нами отмечен достоверный ее прирост по всем показателям ($p < 0,05$). Наибольший процентный прирост во всех ЭГ отмечен в упражнениях «10 кувырков вперед» (от 6 до 16%) и «сгибание-разгибание рук в упоре лежа за 20 сек» (от 6 до 15%). Наименьший процентный прирост во всех ЭГ наблюдался в упражнениях «челночный бег 3x10м» (от 4 до 9%) и «забегания на борцовском мосту 5 раз влево, 5 раз вправо» (от 5 до 10%).

Таблица 2

Дифференциация содержания и темпа обучения студентов технике спортивных единоборств с учетом ЛОДД (29 практических занятий – 57 часов)

Виды спорта	Обучение технике	Распределение обучения/ номер занятий
Циклические	Приемов, защит, контрприемов в партере (удержание)	 1 2 3-10 11-18 19-21 22-24 25-29
	Бросков, защит, контрприемов в стойке	 5-12 13-17 18-21 22-24 25-27 28-29
	Комбинаций	 13-18 19-22 23-25 26-27 28-29
Ациклические	Приемов, защит, контрприемов в партере (удержание)	 1 2 3-9 10-16 17-20 21-24 25-29
	Бросков, защит, контрприемов в стойке	 5-11 12-15 16-19 20-23 24-26 27-29
	Комбинаций	 13-18 19-21 23-25 26-27 28-29
Спортивные игры	Приемов, защит, контрприемов в партере (удержание)	 1 2 3-9 10-14 15-21 22-24 25-29
	Бросков, защит, контрприемов в стойке	 5-11 12-16 17-20 21-24 25-27 28-29
	Комбинаций	 13-18 19-22 23-25 26-27 28-29
Единоборства	Приемов, защит, контрприемов в партере (удержание)	 1-8 9-12 13-29
	Бросков, защит, контрприемов в стойке	 5-9 10-13 14-22 23-29
	Комбинаций	 6-11 12-15 16-19 20-29

Примечание  – начальное разучивание;  – разучивание деталей техники;  – разучивание в целом;

 – закрепление;  – совершенствование;  – СФП;  – ОФП;  – СФП (отстающие физические качества);

 – учебно-тренировочная схватка;  – соревновательная схватка

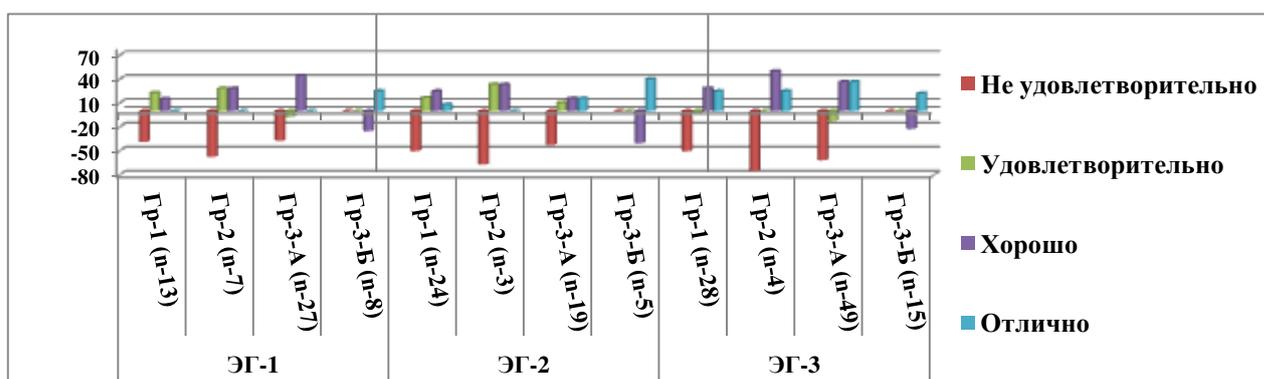


Рис. 2. Динамика показателей техники бросков в стойке у юношей (%)

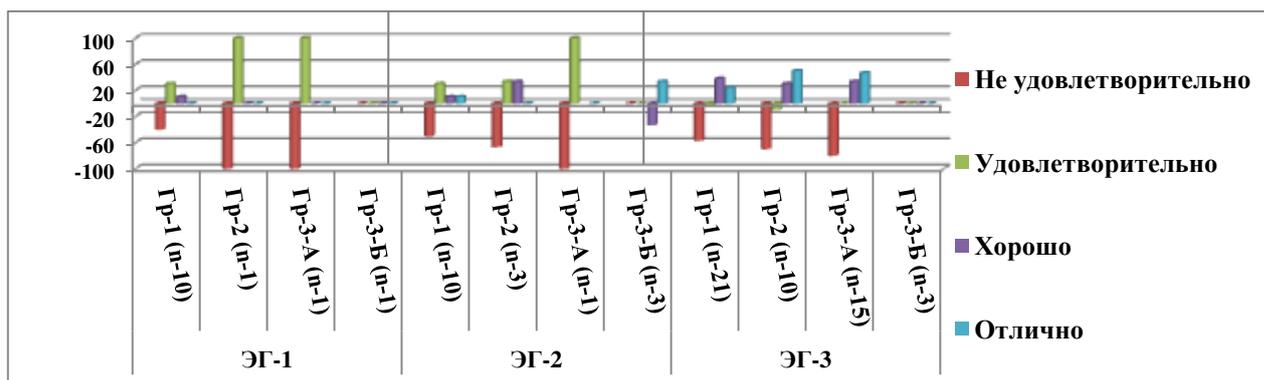


Рис. 3. Динамика показателей техники бросков в стойке у девушек (%)

С целью определения эффективности процесса обучения студентов мы изучили показатели свойств личности и выявили учащихся, чаще всего нуждавшихся в поддержке и помощи преподавателя. К окончанию обучения у студентов ЭГ-2 и ЭГ-3 доминировал мотив «достижение успеха» от 70 до 100%, но на начало обучения у студентов Гр-3-А – 55% (ЭГ-3,) и девушек Гр-1 – 60 % и Гр-3-А – 100% (ЭГ-2) преобладал мотив – «избегание неудачи». В процессе обучения у студентов ЭГ-2 и ЭГ-3 отмечены проявления экстернатности от 50 до 100%, а в ЭГ-3 у девушек Гр-2 – 50% и Гр-3-А – 40 % преобладала сбалансированность показателей экстернатности-интернатности. В целом, в ЭГ-2 и ЭГ-3 отмечено повышение психоэмоционального тонуса; так, у большинства студентов наблюдались средние показатели эмоционального тона и психического тонуса до занятия и их повышение до высокого уровня после занятий (ЭГ – от 13 до 25%; ПТ – от 10 до 27%), что говорит об удовлетворенности занятиями единоборствами. Также мы наблюдали у студентов недостаточно устойчивый профессиональный интерес на начало обучения (от 40 до 67%), но к окончанию интерес к педагогической деятельности повысился на 15-30%. Устойчивый интерес находился в пределах от 20% до 66%; недостаточно устойчивый – от 23% до 54%; неустойчивый – от 10% до 40%.

Таким образом, при обучении технике спортивных единоборств юношам и девушкам, занимающимся циклическими видами спорта, а также юношам

ациклических и ситуационных видов спорта (спортивные игры, единоборства) необходимо в большей степени оказывать помощь, моральную поддержку в ходе учебного процесса, задавать самостоятельную работу, направленную на повышение степени активности и ответственности, а девушек, занимающихся ациклическими видами спорта, спортивными играми и единоборствами, – привлекать к оказанию помощи товарищам, а также ассистированию преподавателю в ходе обучения.

Кроме того, мы определяли уровень сформированности компетенций в соответствии с предложенной интегративной шкалой по совокупности показателей по сжатому варианту оценки с акцентом на мотивационно-личностный (мотивация занятий), когнитивно-операционный (физкультурно-спортивная грамотность, уровень развития технической и технико-тактической подготовленности студентов) и рефлексивно-кондиционный (уровень физической подготовленности) компоненты.

После проведения ОПР в ЭГ-2 число студентов с минимальным уровнем сформированности компетенций уменьшилось в Гр-1 у юношей на 18,3 % у девушек на 10%, в Гр-2 у юношей и девушек на 13,3 %, в Гр-3-А у юношей на 16,8% у девушек на 40%, а в Гр-3-Б минимальный уровень не наблюдался. Кроме того, студенты достигли повышенного уровня сформированности компетенций в Гр-1 у юношей 28,3% у девушек 20%, в Гр-2 у юношей 53,3 % у девушек 26,6%, в Гр-3-А у юношей 15,8 %, у девушек 40%, в Гр-3-Б у юношей 16 % у девушек 26,7%.

В ЭГ-3 число студентов с минимальным уровнем сформированности компетенций уменьшилось в Гр-1 у юношей на 18,6 %, у девушек на 12,4%, в Гр-2 у юношей 25% и девушек на 12%; в Гр-3-А у юношей на 20% у девушек на 22,6%, а в Гр-3-Б у юношей на 2,7%. В процессе обучения студенты достигли повышенного уровня сформированности компетенций в Гр-1 у юношей 47,9%, девушек 26,7%, в Гр-2 у юношей 65% у девушек на 50%, в Гр-3-А у юношей 29% у девушек на 50,6%, в Гр-3-Б у юношей 12,1% у девушек 12,3%.

Таким образом, результаты проведенного исследования подтвердили положения выдвинутой гипотезы и позволили сделать следующие **выводы**.

1. Обучение будущих спортивных педагогов по дисциплинам практической направленности, в том числе «Единоборствам», осуществляется в основном без учета биомеханического потенциала и физических кондиций студентов, что актуализирует проблему опоры на личностный опыт двигательной деятельности и разработку педагогического инструментария, направленного на повышение эффективности формирования профессиональных компетенций.

2. В результате исследования выделены универсальные двигательные действия, необходимые для обучения технике спортивных единоборств (самбо,

дзюдо, греко-римской и вольной борьбы), а именно: броски в стойке (через бедро; спину (плечо) с колена (колен) захватом руки на плечо; спину с захватом руки на плечо; плечи с колен «мельница»), приемы в партере (удержание (туше) сбоку, поперек, со стороны головы; перевороты: забеганием захватом руки на ключ и предплечьем на шее, скручиванием захватом рук сбоку, накатом захватом шеи из-под плеча и туловища сверху, скручиванием захватом предплечья изнутри) и комбинации (бросок через бедро – удержание поперек; через спину (плечо) с колена – сбоку; через спину с захватом руки на плечо – со стороны головы; через плечи с колен «мельница» – со стороны головы).

3. Методологическими основаниями дифференциации обучения студентов технике спортивных единоборств с учетом личностного опыта двигательной деятельности являются положение А.Н. Леонтьева о единстве сознания и деятельности; теория поэтапного обучения двигательным действиям и законы формирования двигательного навыка (М.М. Боген); идея о специфичности техники двигательных действий и физических кондиций спортсменов с учетом требований, предъявляемых видом спорта (В.С. Фарфель), и положения о влиянии на формирование личности специфики спортивного взаимодействия (Т.Т. Джамгаров).

4. Выявлены и систематизированы внешние и внутренние факторы, влияющие на качество выполнения техники спортивных единоборств. *Внешние – статусно-символические* (ранг соревнований, квалификация соперников и др.), *коммуникативные* (поведение тренера, болельщиков и др.), *эко-предметные* (климатические условия в спортивном зале, спортивная форма). *Внутренние – физические кондиции* (координационные и скоростно-силовые способности, выносливость, гибкость); *типичные ошибки в технике* (кинематические и динамические характеристики выполняемых ДД); *психологические* (локус контроля, доминирующий мотив, интерес к педагогической деятельности, уровень психоэмоционального состояния).

5. Разработанная технологическая карта обучения двигательным действиям, отличительной особенностью которой является описание содержания деятельности преподавателя (учебные шаги: постановка цели; обозначение смысловой связи; направленность на усвоение двигательных действий) и деятельности студента (отношение; знание, понимание; двигательный опыт), результатов обучения (ознакомление с движением; двигательное умение; двигательный динамический стереотип), способствует повышению качества выполнения техники двигательных действий.

6. Разработана и внедрена в учебный процесс технология дифференциации обучения студентов с опорой на личностный опыт двигательной

деятельности, характеристиками которой являются: *диагностичность* целей, задач и критерий достижения результатов для сформированных групп в соответствии с принадлежностью к видам спорта (циклические, ациклические, ситуационные); *алгоритмичная* последовательность усвоения знаний, умений, двигательного опыта через прохождение трех ступеней: диагностико-проектировочной, содержательно-технологической и результативной; *эффективность* через варьирование темпом и уровнем усвоения учебного материала, достаточное ресурсное обеспечение процесса обучения; *воспроизводимость* через возможность применения в условиях основной и профессиональной школы с учетом особенностей контингента обучаемых.

7. Применение авторской технологии обучения студентов технике спортивных единоборств позволило повысить их уровень физической подготовленности (ОФП, СФП) ($p < 0,05$) и значительно улучшить технику спортивных единоборств (броски в стойке, приемы в партере, комбинации) (от 25 до 60%).

8. Дифференциация обучения студентов технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности способствует повышению уровня сформированности общекультурных и профессиональных компетенций (прирост от 12 до 50%), а также уровня интереса к педагогической деятельности (на 15-30%).

9. В ходе работы нами было выявлено, что студенты групп ациклических (гимнастика, гиревой спорт) и ситуационных (спортивные игры) видов спорта осваивают учебный материал примерно на 2-3 занятия быстрее (8-10%), чем студенты группы циклических видов спорта за счет детализации и дифференциации процесса обучения по этапам, целям, деятельности преподавателя и студента, результатам обучения с опорой на личностный опыт двигательной деятельности.

Основное содержание и результаты исследования отражены в следующих публикациях:

Статьи в рецензируемых научных журналах и изданиях

1. Котова, Т.Г. Обучение студентов технике единоборств на основе учета опыта двигательной деятельности [Текст] /Т.Г. Котова // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №9. – С. 73.
2. Котова, Т.Г. Дифференциация обучения студентов в рамках дисциплины «Единоборства» [Текст] /Т.Г.Котова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – №7 (113). – С.100-104.
3. Котова, Т.Г. Дифференциация обучения студентов технике единоборств [Текст] / Т.Г.Котова //Теория и практика физической культуры. – 2014. – №12. – С. 12-14.

Статьи и тезисы в сборниках научных трудов

4. Котова, Т.Г. Обучение студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств [Текст] / Т.Г. Котова // Здоровье нации – наша забота: сборник мат-ов 9-ой региональной науч.-практ.конф. студентов, магистрантов и аспирантов. – Тюмень, 2015. – С.84-88.
5. Котова, Т.Г. Обучение технике единоборств с учетом психического состояния студентов [Текст] /Т.Г.Котова // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сборник мат-ов ХLI междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск, 2014. – №6 (41). – С.70-74.

6. Котова, Т.Г. Обучение технике единоборств на основе учета индивидуально-личностных особенностей студентов [Текст] / Т.Г.Котова // сборник мат-ов IX международной науч.-технич. конф. «Динамика систем, механизмов и машин». – Омск, 2014. – С. 135-137.
7. Котова, Т.Г. Технология дифференциации обучения студентов по дисциплине «Единоборства» [Текст] / И.В. Манжелей, Т.Г. Котова // Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики: сборник мат-ов XI междунар. науч.-практ. конф. – Ставрополь, 2014. – С. 113-119 (авторских 3 с.).
8. Котова, Т.Г. Изучение индивидуально-личностных особенностей студентов, специализирующихся в различных видах спорта [Текст] / Т.Г. Котова // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. Вып. 1. – Тула, 2014. – С.150-153.
9. Котова, Т.Г. Блочно-модульная технология обучения студентов технике единоборств [Текст] /Т.Г.Котова // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов XII всеросс. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2014. – С. 247-253.
10. Котова, Т.Г. Дифференциация обучения студентов технике единоборств на основе учета личностного опыта двигательной деятельности [Текст] / Т.Г.Котова // Перспективные исследования в физической культуре, спорте и туризме: сборник мат-ов междунар. науч.-практ. конф. – Челябинск, 2014. – С. 57-61.
11. Котова, Т.Г. Изучение мотивации студентов на дисциплине «Единоборства» / Т.Г. Котова // Воспитательная физкультурно-спортивная деятельность в вузах: новые подходы к решению актуальных проблем: сборник мат-ов. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2013. – С. 132-135.
12. Котова, Т.Г. Изучение локус-контроля в ходе обучения технике двигательных действий у студентов по дисциплине «Единоборства» [Текст] / Т.Г. Котова // Здоровье нации – наша забота: сборник мат-ов 7-ой региональной науч.-практ. конф. студентов, магистрантов и аспирантов. – Тюмень, 2013. – С. 64-66.
13. Котова, Т.Г. Изучение уровня сформированности физкультурно-спортивных потребностей, мотивов и добровольной активности студентов на дисциплине «Единоборства» [Текст] / Т.Г. Котова // Здоровье нации – наша забота: сборник мат-ов 6-ой региональной науч.-практ. конф. студентов, магистрантов и аспирантов. – Тюмень, 2012. – С. 86-90.
14. Kotova, T.G. Differentiation of students' education in institutes of physical culture by discipline "single combat" [Text] / T.G. Kotova // European Science and Technology [Text]: materials of the international research and practice conference, Wiesbaden, January 31st, 2012./publishing office «BildungszentrumRodnik e. V.» – с. Wiesbaden, Germany, 2012. – С. 385-387.
15. Котова, Т.Г. Компетентностный подход в процессе обучения технике двигательных действий по дисциплине «Единоборства» [Текст] / Т.Г. Котова // Актуальные проблемы и перспективы развития студенческого спорта в Российской Федерации: сборник мат-ов всеросс. науч.-практ. конф. – Челябинск, 2011. – С. 324-327.
16. Котова, Т.Г. Изучение технико-тактических действий в рамках дифференцированного подхода по дисциплине «Единоборства» [Текст] / Т.Г. Котова // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов всеросс. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2011. – 121-124.
17. Котова, Т.Г. Формирование техники бросков в стойке в левую сторону у дзюдоистов 11-13 лет [Текст] / Т.Г. Котова, Е.С. Викулов // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов всеросс. науч.-практич. конф. – Тюмень, 2011. – С. 135-137.
18. Котова, Т.Г. Анализ доминирующих мотивов футболистов и дзюдоистов 12-14 лет [Текст] / Т.Г.Котова, Н.В. Биткина // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов всеросс. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2010. – С. 227-229.
19. Котова, Т.Г. Развитие координационных способностей у дзюдоистов 11-13 лет [Текст] / Т. Г. Котова, Т.В. Левкина // Здоровье нации – наша забота: сборник мат-ов 6-ой региональной науч.-практ. конф. студентов, магистрантов и аспирантов. – Тюмень, 2010. – С. 69-72.
20. Котова, Т.Г. Восстановление работоспособности после физических нагрузок у сборной команды ТюмГУ по дзюдо [Текст] / Т. Г. Котова, Е.М. Лысенко-Гусарова // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и массового спорта: опыт, перспективы развития: сборник мат-ов всеросс. науч.-практ. конф. – Тюмень, 2009. – С. 131-133.
21. Котова, Т.Г. Единоборства. Учебно-методический комплекс для студентов института физической культуры направление «Физическая культура». – Тюмень, 2008. – 69 с.
22. Котова, Т.Г. Технология спортивной подготовки: единоборства. Учебно-методическое пособие для студентов института физической культуры направление «Физическая культура» / Т.Г.Котова, И.В. Манжелей. – Тюмень, 2009. – 162 с. (авторских 129с.).