

ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Пожидаев С.Н.

**ИННОВАЦИОННЫЙ ПРОЕКТ
«СИСТЕМА КОМПЛЕКСНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ГИМНАСТИКИ»**

Учебно-методическое пособие

Ростов-на-Дону

2014

Предлагаемое учебно-методическое пособие предназначено, прежде всего, студентам высших учебных заведений, обучающимся по направлению 490301 – «Физическая культура», профилю «Спортивная тренировка». Представленный материал будет также интересен и широкому кругу читателей – аспирантам и профессорско-преподавательскому составу вузов, а также практическим работникам, в лице, инструкторов и тренеров оздоровительно-развивающей гимнастики различных федераций и клубов, школьных учителей физической культуры.

ОГЛАВЛЕНИЕ

	Стр.
Введение	4
Глава 1. Методолого-теоретическое обоснование инновационного проекта «Система комплексного педагогического контроля оздоровительно-развивающей гимнастики»	4
Глава 2. Инновационный проект «Система комплексного педагогического контроля оздоровительно-развивающей гимнастики»	20
Глава 3. Контроль качества инновационного проекта «Система комплексного педагогического контроля оздоровительно-развивающей гимнастики»: остающиеся проблемы	23
Тезаурус	27
Список литературы	31

ВВЕДЕНИЕ

В сложившейся современной ситуации модернизации в области оздоровительной физической культуры наметилась серьезная проблема реального контроля эффективности оздоровительно-развивающих гимнастических программ и деятельности спортивных педагогов.

Необходимо отметить, что эта проблема не нова, так как практически в каждом издании, посвященном массовой оздоровительной гимнастике, можно найти раздел об измерительных процедурах и рекомендуемых тестах. В то же время, предлагаемые контрольные комплексы, чаще всего, носят эмпирический характер создания, заимствуются из различных областей знания и не содержат серьезных комментариев по их отбору и созданию.

Для разрешения этой проблемы нами предлагается методология инновационного проектирования педагогических объектов (ИнПрПдОб) ФКиС, где выделенный и проблемный объект физического воспитания - «Контроль в оздоровительной гимнастике» (КОГ), в виде инновационного проекта (ИнПрт), проходит определенную процедуру усовершенствования и модернизации на основе современных подходов, спортивно-педагогических теорий и концепций.

(Хочется отметить, что такой инженерно-индустриальный подход появился вследствие традиционно невысокой эффективности педагогической работы и желания создавать высококачественный продукт с заданными, новыми или улучшенными свойствами, иметь возможность разобрать и починить, реконструировать и усовершенствовать плохо работающие комплексы упражнений, методики и т.д. – объекты ФКиС).

Тем самым, содержание учебно-методического пособия включает методолого-теоретическое обоснование, рассматриваемой темы, с описанием, проделанной авторами работы, и собственно итог – инновационный проект «Система комплексного педагогического контроля оздоровительно-развивающей гимнастики» (СКПК ОРГ).

При написании учебно-методического пособия, авторы опирались на материалы собственных научно-педагогических исследований и научно-исследовательской работы студентов, а также на опыт теоретической, методической и практической работы по преподаванию в вузе дисциплин:

- ✓ спортивно-педагогического цикла - «Гимнастика и методика преподавания», «Спортивно-педагогическое совершенствование»;
- ✓ цикла дисциплин специализаций «Теория и методика гимнастики», «Фитнес-технологии»;
- ✓ теоретического цикла - «Основы научно-методической (исследовательской) деятельности»;
- ✓ «Физическая культура».

Предлагаемое учебно-методическое пособие предназначено, прежде всего, студентам высших учебных заведений, обучающимся по направлению 490301 – «Физическая культура», профилю «Спортивная тренировка». Представленный материал, также, будет интересен и широкому кругу читателей – аспирантам и профессорско-преподавательскому составу вузов, а также практическим работникам, в лице, инструкторов и тренеров оздоровительно-развивающей гимнастики различных федераций и клубов, школьных учителей физической культуры.

ГЛАВА 1. МЕТОДОЛОГО-ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ИННОВАЦИОННОГО ПРОЕКТА «СИСТЕМА КОМПЛЕКСНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ГИМНАСТИКИ»

При создании обоснованного инновационного проекта «Система комплексного педагогического контроля оздоровительно-развивающей гимнастики» нами использована качественная норма инновационной деятельности в виде процесса: целеполагания и собственно инновационного проектирования, реализации и внедрения, а также итогового контроля качества созданного проекта [20].

1.1. Этап целеполагания в инновационной деятельности

Приступая к работе, необходимо рассмотреть, что же предлагают тестировать в ходе проведения оздоровительной гимнастики (ОГ), в частности, и оздоровительной тренировки (ОТ), в целом, различные авторы.

Так, Гришина Ю.И. [9] используют тестирование физического развития и силы, функционального состояния и физической подготовленности.

Сосина В.Ю и Фабиан Э.М. [26] предлагают оценивать: объективные показатели (рост, массу, ЧСС, частоту дыхания, ЖЕЛ) и субъективные (самочувствие, активность, настроение, сон, аппетит, степень утомления), а также физическую подготовленность.

Лисицкая Т.С. и Сиднева Л.В. [14] тестируют физическую подготовленность и работоспособность, гибкость и силу, состояние здоровья и двигательной активности, физическое развитие и жировую массу тела.

Харт Л. и Непорент Л. [30] определяют: тип фигуры (эндоморф, эктоморф, мезоморф); окружности бедра, голени, ягодиц, талии, груди, плеча; процент содержания жира в организме; осанку.

Хоули Э.Т. и Френкс Б.Д. [33] для занятий фитнесом рекомендуют тестировать состояние здоровья по следующим показателям:

- ✓ в состоянии покоя (ЧСС и АД, ЭКГ, избыточную массу тела, обхватные размеры талии и бедер, гибкость определенных суставов, функцию легких, характеристику крови):
- ✓ при субмаксимальной нагрузке (АД, ЧСС, ЭКГ, характеристики крови и показатель усталости);
- ✓ при максимальной нагрузке (АД, ЭКГ, потребление кислорода и характеристики крови, функциональная активность и ощущение усталости, количество наклонов и подтягиваний).

Зациорский Ю.М. [27], Годик М.А. [8] указывают, что для оценивания физического состояния измеряют:

- ✓ состояние здоровья (соответствие показателей жизнедеятельности норме и устойчивость организма к неблагоприятным факторам внешней среды);
- ✓ уровень телосложения (длина и масса тела, объем мышечной и жировой ткани, длина сегментов тела);
- ✓ состояние физиологических и двигательных функций (уровень развития физических качеств - аэробных и анаэробных показателей; силу ног, рук и туловища и др.)

Таким образом, для контроля состояния здоровья человека и эффектов оздоровительной тренировки применяются достаточно объемные и сложные процедуры, требующие привлечения, как высококвалифицированных специалистов, в различных областях знания, так и серьезных временных и финансовых ресурсов. *Необходимо же*

минимальное количество измерительно-контрольных процедур дающих максимально возможную информацию.

В этом ключе, ряд авторов Андерсен Б. [1] и В.Г. Елиферов, В.В. Репин [11] выделяют требования и конструктивные схемы системы контроля, где, одним из важных требований, становится *создание контроля в виде минимальной целостной «приборной панели» непрерывного мониторинга показателей, оценивающих реальное положение дел.*

Таким образом, педагогическим объектом (ПдОб) ФКиС, генерирующим, по нашему мнению, проблемы в массовой ОГ, оказался «Контроль в оздоровительной гимнастике» («КОГ»). (*Полное название - ПдОб «КОГ»*). Это подтверждается и тем, что различными авторами используются разнообразные виды и методы контроля, а также различные контрольные упражнения, испытания и измерения для оценки эффектов ОТ и ОГ.

1.2. Этап собственно инновационного проектирования

Определив требования и свойства, предъявляемые к системе контроля в ОТ и ОГ, постараемся воссоздать конструкцию самого контроля, его назначение виды и функции, что возможно на следующем этапе нашей работы – этапе собственно инновационного проектирования ПдОб «КОГ».

Этот этап предусматривает:

- ✓ придание целостности изучаемому объекту и восстановление его понятий и конструкций с добавлением желаемых свойств или функций на основе новых взглядов;
- ✓ расслоение реконструированного объекта на различные стороны в интенции на реализуемость и их модификация с использованием новых представлений.

Здесь необходимо отметить, что ранее, под *контрольными*

действиями специалиста физического воспитания, понимали учет успеваемости и контроль физического состояния занимающихся [16]. Сегодня можно обнаружить большое количество видов и типов контроля, к которым можно отнести: педагогический и психологический, врачебный и антропометрический, биологический и биомеханический, социометрический и организационный, биохимический и спортивно-медицинский, а также инструментальный и автоматизированный, визуальный и тестометрический и т.д. [32; 12]

В то же время, Зациорский Ю.М. [27], Годик М.А. [8], Смирнов Ю.И. [25] предлагают *систему комплексного контроля* в контексте системы управления тренировочным процессом. Причем, под *контролем* понимают обратную связь в системе управления, обеспечивающую сбор информации о состоянии объекта управления с последующим сравнением с модельным (должным) состоянием. Сам же комплексный контроль, в спортивной тренировке, описывается системной матрицей и предстает в своей разновидности (в виде строк), как этапный, текущий и оперативный контроль, а по направлению (в виде столбцов) – контроль соревновательной и тренировочной деятельности, подготовленности спортсменов.

Причем комплексный этапный контроль связан с получением информации, на основании которой, составляются планы тренировок на какой-либо длительный срок или период. Текущий контроль предусматривает сбор и анализ информации для планирования и коррекции нагрузок в микроциклах тренировки. Оперативный контроль производит экспресс оценку состояний, в котором находится занимающийся в момент выполнения или окончания тренировочного задания.

Одновременно, Матвеев Л.П. [16] говорит о необходимости осуществления оперативно-текущего, циклового и этапного контроля. Причем под оперативно-текущим контролем понимаются мобильные акты

и операции контроля, осуществляемые по ходу и в интервалах занятий, обеспечивающие срочную оценку меняющихся контролируемых признаков и явлений. Здесь автор умышленно сводит оперативный и текущий контроль в один - оперативно-текущий, так как, то, что подразумевается под этими видами контроля (оперативное и текущее состояния занимающихся) неразрывно связаны и постоянно переходят друг в друга.

В ходе же циклового контроля интегрально оценивается система занятий определенного цикла (малого, среднего, большого) контролируемого процесса и полученные результаты, сопоставляется реализованное и запланированное, намечаются последующие действия. Этапный контроль обнаруживает основные тенденции контролируемого процесса на больших этапах (циклах). Хочется отметить, что эти виды контроля практически идентичны по цели и содержанию, а различия составляют лишь параметры временного отрезка – цикла, этапа, четверти, семестра, года и т.д.

Такое положение дел и указывает на необходимость предъявления несколько иного взгляда для воссоздания педагогического интегративного контроля. *Искомый контроль появляется на основе моделирования профессиональной педагогической деятельности, в виде конструкции субъект-объектных деятельностных отношений, где главенствующая роль отводится педагогическому интегральному контролю преподавателя-инструктора (как субъекта управления оздоровительной тренировкой) и самоконтролю занимающихся (как объекта управления).*

Здесь имеет смысл указать, что **деятельностный поход** предполагает рассмотрение объектов ФКиС, как деятельностей, видов и их частей, с различными представлениями и моделями самой деятельности [34].

В то же время, педагогическая деятельность может рассматриваться и с точки зрения моделей процессного подхода, где ОТ

представляется как процесс, имеющий вход и выход, во время функционирования которого, и происходит трансформация состояний занимающихся. Каждый педагогический процесс дискретен, так как состоит из конкретных прерывистых отрезков – занятий, и целенаправлен – имеет на выходе свои определенные характеристики (модельные характеристики занимающихся). Для поддержания качества преобразующего процесса вводится система управления, которая и должна обеспечиваться достоверной контрольной информацией.

(Необходимо отметить, что **процессный подход**, по определению, подразумевает целенаправленную интеграцию, на основе технологии, логически связанных действий, деятельностей или их видов, для последовательного преобразования объекта на входе в продукцию на выходе, с целью достижения, представляющих ценность, измеримых результатов [1; 11]).

На основе такого представления, система педагогического контроля должна иметь входной и выходной контроль состояния занимающихся, а также промежуточный контроль состояний на дискретных отрезках тренировочного процесса.

Сравнивая рассмотренные выше взгляды, можно отметить, что входной и выходной контроль состояния занимающихся сопоставим с этапно-цикловым контролем, а промежуточный контроль состояний, по сути дела, является оперативно-текущим контролем на дискретных отрезках педагогического тренировочно-оздоровительного процесса.

Следующим шагом инновационной работы является расслоение педагогического объекта, в интенции на реализуемость, на три стороны – содержание, технологию и организацию с последующей модернизацией на основе новых представлений.

Чем же задается содержание педагогического процесса? Ответ прост – целью! Определим цель преобразующего процесса для разработки, так же, и *содержания системы контроля*. Поскольку речь идет об оздоровительной тренировке и оздоровительно-развивающей гимнастике, то *цель очевидна – здоровье занимающихся*. Естественно, тут же, сталкиваемся с ***проблемой понятий здоровья и оздоровительной деятельности***, для выявления критериев и процедур контроля, ***пригодных в физическом воспитании***.

Так Менхин Ю.В., Менхин А.В. [17] определяют здоровье человека как комплексное социально-биологическое понятие, которое рассматривается не только, как нормальная структура и функционирование органов и систем, отсутствие жалоб и болезней, сколько, как полноценное выполнение биологических и социальных функций, способность адекватно приспосабливаться к новым условиям и повышенным требованиям среды.

Эти же авторы, рекомендуют в качестве критериев для оценки эффективности оздоровления применять следующие показатели: посещаемость и отношение к занятиям; самочувствие, настроение, сон и аппетит занимающихся; работоспособность и степень восстановления; заболеваемость, динамику здоровья и физического развития; показатели врачебного и педагогического контроля, самоконтроля.

Предлагаются следующие ***двигательные режимы***, в соответствии с состоянием здоровья людей, как виды оздоровительной деятельности:

- ✓ для здоровых и практически здоровых людей необходим ***оздоровительный режим***, предусматривающий устранение дефектов телосложения и доводку состояния функциональных систем до нормы, повышение сопротивляемости организма и физической подготовленности, поднятие жизненного тонуса и приобретение прикладных двигательных действий;

- ✓ для здоровых людей с достаточным двигательным опытом и физической подготовленностью необходим *тренировочный режим* с сохранением функциональных возможностей и развитием физических качеств, достижения индивидуальных спортивных результатов;
- ✓ для бывших спортсменов возможен *режим поддержания спортивного долголетия* с участием в соревнованиях более низкого уровня и сохранения высокой двигательной активности и здоровья;
- ✓ для больных людей с существенными функциональными отклонениями и в период выздоровления рекомендуются *реабилитационный (щадящий) режим* со средствами лечебной физической культуры.

Вишневский В.А. [7], опираясь на понятие здоровья ВОЗ, как состояние полного телесного, душевного и социального благополучия человека, а не только отсутствие болезней и физических дефектов, контролирует, в ходе педагогического мониторинга, состояние физического, психического и социального здоровья школьников по медико-биологическим, социально-психологическим показателям.

Причем медицинскими показателями здоровья являются: группа здоровья и медицинская группа для занятий физической культурой; заболеваемость, её структура и процент часто болеющих детей; доля функционально незрелых к обучению детей и индекс здоровья.

К биологическим критериям относятся: биологический возраст и конституциональный тип, уровень и гармоничность физического развития, физическая подготовленность и наличие пограничных состояний.

Показатели психического здоровья следующие: отсутствие психических расстройств; резерв преодоления неожиданных стрессов; гармония между человеком, обществом и миром; психическое развитие и состояние; свойства нервных процессов; структура мотивации и акцентуации.

Критериями социального благополучия, как компонента здоровья, являются: качество выполнения своих социальных функций; степень комфортности в социуме (социометрия); тип семьи и внутрисемейная адаптивность; сформированность систем саморегуляции личности.

В нормативных документах Министерства здравоохранения и Комитета по физической культуре рекомендуются следующие критерии соматического здоровья детей: медицинские показатели (общая заболеваемость и её структура); физическое развитие; физическая подготовленность; темпы биологического и полового развития; функциональное состояние учащихся.

Обобщая взгляды и подходы различных авторов, в том числе и Брехмана И.И. [6], как основоположника валеологии, можно выделить следующие взгляды на здоровье и оздоровительную деятельность:

1. *Медицинский (А)*, где здоровье - отсутствие болезни, а оздоровительная деятельность - это восстановление организма до пределов не обнаружения патологии (реабилитация).
2. *Медицинский (Б)*, здоровье - физическое, социальное и духовное благополучие человека, а оздоровительная деятельность - та деятельность, которая приносит благополучие.
3. *Гигиенический*, здоровье - отсутствие факторов и угроз заболевания (наступления патологии), оздоровительная деятельность - работа по недопущению воздействия и ликвидации патологических факторов (профилактика).
4. *Психологический*, здоровье - отрицание болезни, а оздоровительная деятельность предусматривает выработку и реализацию стратегии «безболезненной» жизни (консультирование и мониторинг).

5. *Биолого-информационный*, здоровье - гомеостаз, оздоровительная деятельность представляет собой процесс приспособления организма к меняющимся условиям среды в онтогенезе или при резкой смене сенсорной, вербальной и структурной информации (адаптацию).
6. *Религиозно-христианский*, здоровье - здоровая душа, а оздоровительная деятельность - жизнь во спасение души (послушание).

При таком многообразии определений целесообразно, по нашему мнению, использовать деятельностный подход [21], где *здоровье человека может пониматься, как наличие социальной активности и жизненной энергии для преобразовательного отношения к миру посредством существующего потенциала деятельности и разумной работоспособности, а также достаточной производительности различных систем организма при сохранении качественных пределов их функций.*

На этом основании, на теоретическом уровне задается понятие спортивно-оздоровительной деятельности [21], *в виде работы, способствующей, как наращиванию потенциала деятельности и ресурса жизнедеятельности, социального успеха человека, так и развитию его разнообразных систем, обеспечивающих актуальный или предстоящий уровень продуктивной активности средствами, методиками и технологиями физического воспитания.*

Определив понятие здоровья и спортивно-оздоровительной деятельности, обратимся к *проблеме моделирования и модельных характеристик для отбора и структурирования тестов*, на основе требований и конструкций комплексного педагогического контроля.

Здесь необходимо отметить, что под *модельными характеристиками* понимаются ориентиры и показатели, нормативные требования по существенным уровням и компонентам какой-либо модели - спортивного мастерства, здоровья и т.д.

Так Платонов В.Н. [18], а также Баландин В.И. с соавторами [5] выделяют модельные характеристики спортсменов, распределенные по трем уровням: соревновательной деятельности; сторон спортивной подготовленности; морфологических и функциональных характеристик. Вишневецкий В.А. [7] структурирует критерии здоровья школьников по следующим уровням: медицинскому – биологическому – психологическому – социальному.

Рассмотрев аналогии и, опираясь на сформулированные понятия, нами предлагаются следующие *уровни модельных характеристик спортивно-оздоровительного тренировочного процесса* занимающихся [19]:

- ✓ социального здоровья – фиксируется социальная активность и выполнение социальных функций;
- ✓ физического здоровья – оценивается потенциал и ресурс деятельности;
- ✓ здоровья функциональных систем организма – контролируется степень обеспеченности организма человека для социальной активности и деятельности.

Не менее сложной и интересной *проблемой является содержательное наполнение, выделенных уровней, критериями и конкретными тестами.*

Здесь, по нашему мнению, критериями могут быть [19]:

- ✓ социально-деятельностные проявления человека и его эстетическое восприятие, а также степень личностного напряжения, (на уровне социального здоровья);

- ✓ общая физическая подготовленность и работоспособность (на уровне физического здоровья);
- ✓ свойства функциональных систем организма и степень их производительности (на уровне здоровья функциональных систем организма).

В то же время, содержание контроля появляется и на основе анализа эмпирической информации – целей, которые выдвигают потребители оздоровительных занятий. Так по данным Степановой О.Н. [28], выдвигаются до тридцати четырех видов целей - от удовлетворения желания красиво подвигаться и улучшения физической подготовленности, до получения возможности самовыражения и повышения своего социального статуса.

Нами зафиксированы около десятка целей, реальными, по отношению к спортивно-оздоровительной тренировке в гимнастике, можно принять: улучшение физической подготовленности, состояния здоровья и внешней привлекательности; избавление от избыточного веса; снижение стресса, раздражительности и агрессивности.

В дальнейшем, для обеспечения качества технологии ПдОб «КОГ», необходимо рассмотреть само понятие теста, а также собственно процесс тестирования.

Так, под *тестом* понимается измерение или испытание, проводимое для определения состояния или способностей человека, занимающегося, спортсмена [27; 8]. Причем, в качестве тестов могут использоваться измерения, отвечающие следующим требованиям.

- А. Сформулирована цель тестирования и указан вид контроля.
- Б. Разработана процедура тестирования и стандартизированная методика измерения результатов.
- В. Создана система оценок результатов измерения.

Г. Определены информативность (валидность) и надежность тестов.

В качестве комментария, можно заметить, что наиболее сложны для понимания характеристики информативности и надежности тестов. [27; 8; 25]. Под *информативностью (валидностью) теста* понимается степень точности, с которой он измеряет свойство или характеристику объекта, для оценки которого используется. По сути дела, речь идет о том, что измеряет данный тест и как точно он это делает. Степень информативности теста определяется, как качественно (на основе содержательного, логического анализа ситуации, понятия, объекта), так и количественно (на основе анализа эмпирических данных).

В нашей работе преимущественно используется качественная (содержательная) информативность, основанная на проведенном выше методолого-теоретическом обосновании ИнПрт.

Под *надежностью тестов* понимается степень совпадения результатов при повторном тестировании одних и тех же занимающихся в одинаковых условиях. Наиболее упрощенно эту характеристику раскрывает свойство *стабильности теста* – воспроизводимости результатов при повторном тестировании (ретесте) в одинаковых условиях через определенный временной интервал.

Необходимо отметить, что надежность большинства известных или модифицированных тестов, заранее была определена, рекомендовавшими их специалистами.

В целях обеспечения качества контроля ОГ, необходимо придерживаться следующих организационных моментов:

- ✓ тестирование необходимо проводить в течение нескольких дней;
- ✓ на первый день происходит знакомство с занимающимися и заполнение анкет;

- ✓ на второй день проводятся измерения параметров социального восприятия и субмаксимальные тесты;
- ✓ в последний день производится тестирование с максимальной нагрузкой (для обеспечения вхождения организма занимающего в нагрузку, этот день можно передвинуть и на следующую неделю, и на первую половину месяца);
- ✓ полученную информацию фиксировать дважды – в журнале преподавателя, тренера-инструктора и в дневнике самоконтроля занимающегося;
- ✓ необходимо, также, учитывать и ликвидировать ошибки, вызванные средой тестирования и работой самого оборудования;
- ✓ принимать во внимание вариацию состояний тестируемых и, в случае «плохого самочувствия», перенести измерения;
- ✓ уделять внимание квалификации и мотивации персонала, проводящего тестирование и, в случае «странных результатов», сменить тестирующих.

1.3. Этап реализации и внедрения

Обновленный ПдОб «КОГ» в виде ИнПрт «СКПК ОРГ» был апробирован в научных исследованиях и разработках авторов и студентов, как в рамках работы лаборатории «Качества образования и инновационных технологий в сфере физической культуры» РИФКиС КГУФКСиТ, так и в ходе преподавания специализаций «Теория и методика гимнастики» и «Фитнес-технологии» [22]. Частично и в целом, СКПК ОРГ внедрен в спортивно-оздоровительных клубах эконом-класса городов Шахты и Новочеркасск, Таганрог и Ростов-на-Дону.

ГЛАВА 2. ИННОВАЦИОННЫЙ ПРОЕКТ «СИСТЕМА КОМПЛЕКСНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ГИМНАСТИКИ»

На основании, описанных выше разработок, нами предлагается *инновационный проект педагогического объекта «Система комплексного педагогического контроля оздоровительно-развивающей гимнастики» (ИнПрт ПдОб «СКПК ОРГ»).*

Причем под *оздоровительно-развивающей гимнастикой* понимается проведение оздоровительной тренировки с целевыми модельными характеристиками спортивно-оздоровительного процесса на основе современных средств (преимущественно ОРУ и, зачастую, танцевального характера), методов и форм занятий гимнастики.

Нами предлагается *система входного и выходного этапно-циклового контроля, а также промежуточного оперативно-текущего контроля.* Причем под *входным этапно-цикловым контролем* понимается *контроль уровней и критериев модельных характеристик, а также целей занимающихся оздоровительной тренировкой.*

Необходимо отметить, что *выходной этапно-цикловой контроль* имеет то же содержание, а суть его проведения – в выявлении позитивных сдвигов путем сравнения параметров модельных характеристик на входе и выходе процесса занятий оздоровительно-развивающей гимнастикой. Поэтому, такой контроль может иметь название входной-выходной этапно-цикловой контроль (**ВВЭЦ К**).

Наряду с этим, под *промежуточным оперативно-текущем контролем (ПОТ К)* понимается *контроль состояния занимающихся по быстроменяющимся контролируемым признакам с целью оценки и*

коррекции параметров нагрузки (дозировки, объема и интенсивности) занятий.

К тестовым измерительным процедурам **ВВЭЦ К**, по нашему мнению, должны принадлежать на:

1) уровне социального здоровья по критериям:

а) социально-деятельностных проявлений человека – метод опроса с заполнением анкеты посетителя;

б) эстетического восприятия человека:

I. метод индексов для первоначальной оценки параметров внешней привлекательности;

II. наблюдения и фиксации параметров осанки и расположения звеньев тела для углубленной оценки внешней привлекательности;

III. метод антропометрических измерений пропорций телосложения (опорно-двигательного аппарата) для детальной оценки внешней привлекательности;

в) степени напряжения личности – метод опроса (анкетирования) с выявлением уровня стресса и соответствии здоровья профессии;

2) уровне физического здоровья по критериям:

а) общей физической подготовленности – метод моторных тестов с определением гибкости, скоростной силы, силовой и скоростно-силовой выносливости;

3) уровне здоровья функциональных систем организма по критериям:

а) степени производительности функциональных систем организма – метод морфофункциональных измерений и функциональных проб для комплексной оценки параметров

опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой, дыхательной систем;

К ПОТ К, нами отнесены следующие тестовые измерения по критериям:

- 1) Степени утомления в ходе занятия – метод наблюдения степени величины нагрузки по внешним признакам занимающихся.*
- 2) Состояние после нагрузки – метод опроса путем самооценки по модифицированной процедуре «Градусник».*
- 3) Состояние сердечно-сосудистой системы, при преимущественно аэробной тренировке - метод измерения ЧСС с выявлением её уровня и границ.*

ГЛАВА 3. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ИННОВАЦИОННОГО ПРОЕКТА «СИСТЕМА КОМПЛЕКСНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ГИМНАСТИКИ»: ОСТАЮЩИЕСЯ ПРОБЛЕМЫ

Последним шагом в нашей работе является - итоговый контроль качества инновационного проекта. Причем, процедуру усовершенствования, в виде инновационного проектирования педагогических объектов, проходил проблемный объект ФКиС «Контроль в оздоровительной гимнастике», который и предстал в инновационном проекте «Система комплексного педагогического контроля оздоровительно-развивающей гимнастики». Схематично, это можно изобразить следующим образом:

$\text{ПдОб «КОГ»}_{\text{ИС}} \rightarrow \text{ИнПрПдОб} \rightarrow \text{ПдОб «КОГ»}_{\text{КС}} = \text{ИнПрт «СКПК ОРГ»}$,
где: ПдОб «КОГ»_{ИС} – исходное состояние педагогического объекта «Контроль в оздоровительной гимнастике»;

ПдОб «КОГ»_{КС} – конечное состояние педагогического объекта «Контроль в оздоровительной гимнастике».

Но прежде, чем контролировать качество проекта, необходимо разобраться, что понимается под качеством. На основе процессного подхода и, представленной выше схемы, конструкция качества относится, как к качеству преобразующего процесса, так и качеству результата (продукта такого процесса). В таком ракурсе рассмотрения, *качество продукции* определяется характеристиками соответствия функционально-целевым установкам и конструктивным характеристикам, а также совокупности требований, значимых для потребителя. *Качество преобразующего процесса* рассматривается, как соответствие нормам проектирования и логически-содержательным построениям и понятиям.

Таким образом, с точки зрения *качества процесса*, можно сказать, что *ИнПрПдОб* осуществлялось в соответствии с разработанной и эффективной нормой [20] с использованием корректных конструкций здоровья и оздоровительной деятельности.

Качество же результата, проделанной работы, – *ИнПрт «СКПК ОРГ»* (продукции) по своим характеристикам соответствует:

- ✓ системе контроля, в контексте системы управления;
- ✓ контролю результатов именно спортивно-оздоровительной деятельности и ОРГ;
- ✓ положениям по разделению контроля на виды (ВВ ЭЦК К и ПОТ К) для своевременности и удобства;
- ✓ построению модельных характеристик по значимым уровням;
- ✓ выделению адекватных критериев контроля по уровням модельных характеристик;
- ✓ целевому и, педагогически оправданному, подбору измерительных процедур, простых в использовании и, обеспечивающих возможность применения в практической деятельности спортивно-оздоровительного педагога;
- ✓ минимальному, в виде приборной панели, набору процедур, дающих максимально-возможную информацию;
- ✓ описанию и преобразованию измерительных процедур в тесты.

Между тем, в ходе процедур верификации и модернизации тестов, нами выявлен *ряд конструктивно-технологических проблем*, полезных при постановке и разработке будущих научных исследований.

(Необходимо заметить, что под *верификацией*, как понятием логического позитивизма, понимается проверка «на истинность» и

эмпирическое подтверждение теоретических положений науки путем сопоставления их с наблюдаемыми объектами, чувственными данными, экспериментом).

Так, в методолого-теоретическом плане, существенна *проблема согласования терминологического и понятийного аппарата*, так как измерительные процедуры, весьма хорошо развитые в исторически традиционных дисциплинах, - медицине, физиологии, психологии и, отчасти, спортивной медицине, не всегда корректно и смысло-понятийно согласуются с теоретическими положениями управления спортивно-оздоровительной тренировкой.

Достаточно общей проблемой выступает *проблема повышения информативности тестов*. Для снятия этой проблемы в тестах:

- ✓ уровня социального здоровья (*напряженности личности, соответствие здоровья и профессии*) необходима комплексная оценка по двум измерительным процедурам;
- ✓ *физической подготовленности*, на уровне физического здоровья, производится доработка и применение батарей измерительных процедур, адекватных направленности оздоровительно-тренировочной нагрузки, на: гибкость и координацию, силу и быстроту, выносливость и т.д.;
- ✓ *комплексной оценки параметров здоровья функциональных систем организма* производится дополнительный врачебно-педагогический контроль и углубленное медицинское обследование для уточнения и интерпретации неудовлетворительных показателей;
- ✓ *оперативно-текущего контроля* необходимо комплексное применение измерительных процедур с интерпретацией по всем показателям.

В *технологическом плане*, при доведении измерительных процедур до тестовых требований, основную *проблему* вызвал *этап оценивания* полученных данных. Это связано с тем, что таблицы оценки соотносятся с конкретной социально-профессиональной и возрастно-половой группой – студентов, детей, менеджеров, спортсменов и т.д. Такое положение дел, не всегда, позволяет точно оценить полученную информацию и предусматривает поиск и конструирование более универсальных, всеобъемлющих показателей, индикаторов и коэффициентов оценивания.

Нами также зафиксирована *проблема чувствительности тестов* по критериям измерения. Поэтому на уровне социального здоровья, по критерию эстетического восприятия, предложена следующая последовательность тестов: преимущественно качественные – углубленные качественно-количественные – детальные количественные.

Не менее актуальна и *проблема быстрой обработки результатов*, которая, вполне успешно, решается путем разработки модульных приложений и применения современных программ для персонального компьютера.

Таким образом, используемый нами «инженерно-индустриальный» подход, в виде инновационного проектирования педагогических объектов ФКиС, позволяет разобрать, починить и реконструировать различные, плохо работающие, упражнения, методы, методики, что и переводит, проводимые научные исследования в разряд практико-ориентированных, а воссозданные педагогические конструкции - в класс качественных и эффективных.

ТЕЗАУРУС

Процессный подход – это устойчивая и целенаправленная интеграция, *по определенной технологии*, логически связанных действий, деятельности или их видов, для последовательного преобразования объекта на входе в продукцию на выходе, с целью достижения, представляющих ценность, измеримых результатов.

Деятельностный поход – рассмотрение объектов ФКиС, как деятельности, видов и их частей, с различными представлениями и моделями самой деятельности.

Контроль - действия специалиста физического воспитания по учету успеваемости и измерению физического состояния занимающихся.

Комплексный контроль (в спорте) – контроль в контексте системы управления тренировочным процессом в виде обратной связи, обеспечивающей сбор информации о состоянии объекта управления и последующим сравнением с модельным (должным) состоянием. Такой контроль описывается системной матрицей, в виде строк, как этапный, текущий и оперативный контроль, а в виде столбцов – элементов спортивной деятельности (соревновательной и тренировочной), подготовленности спортсменов.

Педагогический контроль – появляется на основе модели профессиональной педагогической деятельности в виде конструкции субъект-объектных деятельностных отношений, где главенствующая роль отводится педагогическому интегральному контролю преподавателя-инструктора (как объекта управления оздоровительной тренировкой) и самоконтролю занимающихся (как субъекта управления).

Комплексный педагогический контроль (оздоровительно-развивающей гимнастики) - входной-выходной этапно-цикловой и промежуточный оперативно-текущий контроль.

Верификация, как понятие логического позитивизма, предусматривает проверку «на истинность» и эмпирическое подтверждение теоретических положений науки путем сопоставления их с наблюдаемыми объектами, чувственными данными, экспериментом.

Входной этапно-цикловой контроль - контроль уровней и критериев модельных характеристик, а также целей занимающихся спортивно-оздоровительной тренировкой.

Выходной этапно-цикловой контроль имеет то же содержание, а суть его проведения – в выявлении позитивных сдвигов путем сравнения параметров модельных характеристик на входе и выходе процесса занятий оздоровительно-развивающей гимнастикой.

Промежуточный оперативно-текущий контроль - контроль состояния занимающихся по быстроменяющимся контролируемым признакам с целью оценки и коррекции параметров нагрузки (дозировки, объема и интенсивности) занятий.

Здоровье человека (для ФКиС) - понимается, как наличие социальной активности и жизненной энергии у человека для преобразовательного отношения к миру посредством существующего потенциала деятельности и разумной работоспособности, а также достаточной производительности различных систем организма при сохранении качественных пределов их функций.

Спортивно-оздоровительная деятельность - работа, способствующая, как наращиванию потенциала деятельности и ресурса жизнедеятельности, социального успеха человека, так и развитию его разнообразных систем, обеспечивающих актуальный или предстоящий уровень продуктивной активности средствами, методиками и технологиями физического воспитания.

Оздоровительная тренировка – развертывание спортивно-оздоровительной деятельности средствами и методами, методиками и технологиями ФКиС.

Оздоровительно-развивающая гимнастика – проведение оздоровительной тренировки с целевыми модельными характеристиками спортивно-оздоровительного процесса на основе современных средств (преимущественно ОРУ и, зачастую, танцевального характера), методов и форм занятий гимнастики.

Модельные характеристики – ориентиры и показатели, нормативные требования по существенным уровням и компонентам какой-либо модели (спортивного мастерства, здоровья и т.д.)

Модельные характеристики спортивно-оздоровительного процесса (тренировки): социальное здоровье (фиксируется социальная активность и выполнение социальных функций); физическое здоровье (оценивается потенциал и ресурс деятельности); здоровье функциональных систем организма (контролируется степень обеспеченности организма человека для социальной активности и деятельности).

Тест – измерение или испытание, проводимое для определения состояния или способностей человека, занимающегося, спортсмена.

Требования к тесту – система требований, соответствие которым дает право измерениям называться тестами. В качестве таких требований выступают следующие положения:

- а) сформулирована цель тестирования и указан вид контроля;
- б) разработана процедура тестирования и стандартизирована методика измерения результатов;
- в) создана система оценок результатов измерения;
- г) определены информативность (валидность) и надежность тестов.

Валидность (информативность) теста - степень точности, с которой он измеряет свойство или характеристику объекта, для оценки которого используется. По сути дела, речь идет о том, что измеряет данный тест и как точно он это делает. Степень информативности теста определяется, как качественно (на основе содержательного, логического анализа ситуации, понятия, объекта), так и количественно (на основе анализа эмпирических данных).

Надежность теста - степень совпадения результатов при повторном тестировании одних и тех же занимающихся в одинаковых условиях. (Наиболее упрощенно, эту характеристику раскрывает свойство стабильности теста – воспроизводимости результатов при повторном тестировании (ре-тесте) в одинаковых условиях через определенный временной интервал).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андерсен Б. Бизнес-процессы. Инструменты совершенствования /Пер. с англ. С.В. Ариничева / Науч. ред. Ю.П. Адлер. – 3-е изд.. – М.: «Стандарты и качество», 2005. – 272 с.
2. Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов. – М.: Изд-во РУДН, 1999. – 165 с.
3. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. – СПб.: «Петрополис», 1992. – 123 с.
4. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология. – Ростов-на-Дону: «Феникс»; Киев: «Здоровье», 2000. – 248 с.
5. Баландин В.Ю., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 192 с.
6. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. М.: Физкультура и спорт, 1990. – 208 с.
7. Вишневикий В.А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии). – М.: Изд. «Теория и практика физической культуры», 2002. – 270 с.
8. Годик М.А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физ. культ. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.
9. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка: Знать и уметь. – СПб.: СПбГТИ (ТУ), 2007. – 224 с.
10. Евсеев Ю.И. Физическая культура. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 384 с.
11. Елиферов В.Г., Репин В.В. Бизнес-процессы: Регламентация и управление. – М.: ИНФРА-М, 2005. – 319 с.
12. Иванов В.В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 256 с.
13. Лисицкая Т.С. Ритм + пластика. – М.: Физкультура и спорт, 1993. – 265с.

14. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика: В 2 т. Т. 1. Теория и методика. – М.: Федерация аэробики России, 2002. – 232 с.
15. Мартиросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. М.: Физкультура и спорт, 1982. – 199 с.
16. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов. физ культ. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
17. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002. – 384 с.
18. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 296 с.
19. Пожидаев С.Н. Модернизация спортивно-оздоровительной деятельности на основе педагогического инновационного проектирования // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма. Научные труды X международной научно-практ. конф. под ред. Евсеева Ю.И., Горбунова С.В., Пожидаева С.Н. Т. 1. – Ростов-на-Дону, 2007. – С. 118-121.
20. Пожидаев С.Н. Типология педагогических объектов физической культуры и спорта в инновационном проектировании // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма. Научные труды XI международной научно-практ. конф. под ред. Евсеева Ю.И., Горбунова С.В., Князева А.А., Пожидаева С.Н. Т. 1. – Ростов-на-Дону, 2008. – С. 25-28.
21. Пожидаев С.Н. Физкультурно-оздоровительные технологии: проблемы разработки и овладения // Физическая культура, спорт и туризм: сегодня и завтра. Сб. мат. международной научно-

- практической конференции. Сентябрь 2003 г. – Ростов-на-Дону, 2003. – С. 210 – 213.
22. Пожидаев С.Н., Одинцова В.И., Сашенко И.А., Черновалова С.Н. Эффективность системы контроля вибрационной гимнастики // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма. Научные труды X международной научно-практ. конф. под ред. Евсеева Ю.И., Горбунова С.В., Пожидаева С.Н. Т. 1. – Ростов-на-Дону, 2007. – С. 121-122.
23. Розин Е.Ю. Гимнастика: возраст и мастерство. Педагогическая диагностика и контроль за физическим состоянием. – М.: «Физкультура, образование и наука», 1997. – 136 с.
24. Сборник ситуационных задач, деловых и психологических игр, тестов, контрольных заданий, вопросов для самопроверки по курсу «Менеджмент». – М.: Финансы и статистика, 2000. – 192 с.
25. Смирнов Ю.И., Полевщиков М.М. Спортивная метрология: Учеб. для студ. пед вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 232 с.
26. Сосина В.Ю., Фабиан Э.М. Ритмическая гимнастика: Альбом. – Киев: Радянська школа, 1990. – 225 с.
27. Спортивная метрология: Учеб. для ин-тов. физ культ. / Под ред. В.М. Зациорского. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.
28. Степанова О.Н. Маркетинг в сфере физической культуры и спорта. – М.: Советский спорт, 2003. – 256 с.
29. Страковская В.Л. Подвижные игры в терапии больных и ослабленных детей. – 2-е изд. – М.: Медицина, 1987. – 240 с.
30. Харт Л., Непорент Л. Энциклопедия идеальной женской фигуры. – Ярославль: ТОО «Гринго», 1995. – 240 с.
31. Ходарев С.В., Горбанева О.П., Тертышная Е.С. Медицинское обеспечение при занятиях физической культурой и спортом: пособие для врачей. В 2-х частях. Часть 1. – Ростов-на-Дону, 2007. – 204 с.

32. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.
33. Хоули Э.Т., Френкс Б.Д. Оздоровительный фитнес. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – 368 с.
34. Щедровицкий Г.П. Исходные представления и категориальные средства теории деятельности // Щедровицкий Г.П. Избранные труды. – М.: Шк. Культ. Полит., 1995. – С. 233–280.