

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА И
ТУРИЗМА»**

На правах рукописи

КУБАСОВ Юрий Андреевич

**ФОРМИРОВАНИЕ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ
У ОБУЧАЮЩИХСЯ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ ПОДГОТОВКИ НА ЗАНЯТИЯХ
ПО ЕДИНОБОРСТВАМ**

**5.8.7. Методология и технология профессионального образования
(педагогические науки)**

**Диссертация на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук**

**Научный консультант:
доктор психологических наук, профессор
Слободчиков Илья Михайлович**

Москва, 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ (СПО) В ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	21
1.1 Формирование общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля: социокультурные и педагогические аспекты.....	21
1.2 Педагогический потенциал единоборств в формировании общекультурных компетенций обучающихся спортивных колледжей.....	49
1.3 Обоснование авторской модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами.....	66
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ АВТОРСКОЙ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОГО КОЛЛЕДЖА В УСЛОВИЯХ ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ.....	92
2.1 Методы и организация исследования.....	92
2.2 Апробация модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами.....	110
2.3. Результаты эксперимента и их обсуждение.....	134
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	147
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОГО КОЛЛЕДЖА В УСЛОВИЯХ ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ.....	152

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	157
СПИСОК ИЛЛЮСТРАТИВНОГО МАТЕРИАЛА.....	184
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	186

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В настоящее время система среднего профессионального образования (далее СПО) переживает как динамичное развитие, так и системные трансформации, отвечающие конкретным социально-экономическим запросам общего развития страны. Этим обусловлен активный интерес к развитию СПО как к инструменту подготовки кадров рабочих специальностей 3-5 уровней квалификации.

Одним из главных импульсов для развития системы СПО является ориентация и общества в целом, и социального заказа (который отражен в нормативных и законодательных документах, в частности – в позициях Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»¹, «Стратегии развития национальной системы квалификаций Российской Федерации на период до 2030 года»² и постоянно обновляющегося Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования) на формирование цельной личности, владеющей профессией и широким спектром гражданских компетенций, способной к осознанному выбору и социальной активности.

Вызовы актуальной общественной ситуации требуют усиления воспитательных аспектов образования, а также все большего внимания к формированию общекультурных компетенций обучающихся. Эти тенденции отразились в положениях Федерального закона от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся», а также Федерального закона № 127-ФЗ 30 апреля 2021 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».

¹ Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

² Стратегия развития национальной системы квалификаций Российской Федерации на период до 2030 года (одобрена Национальным советом при Президенте РФ по профессиональным квалификациям (протокол от 12 марта 2021 г. N 51)

Между тем, в том, что касается образовательной практики, можно наблюдать дисбаланс между устойчивым интересом обучающихся СПО спортивного профиля к получению профессиональных навыков в рамках специальных дисциплин и невысоким уровнем мотивации к освоению ими общекультурных компетенций, основная роль в формировании которых принадлежит гуманитарным дисциплинам в рамках учебной деятельности.

Иными словами, у будущих спортсменов, которые получают в результате освоения программ СПО педагогическую специальность, специальность в дипломе звучит как «педагог по физической культуре и спорту»; они не видят особой ценности в освоении и знании предметной среды, выходящей за круг их непосредственных узкоспортивных интересов. Более того, даже намереваясь после получения образования оставаться в профессии и реализовываться как тренер-педагог, абсолютное большинство обучающихся не включают в образ спортсмена–ученика развитие общекультурного базиса, а категорию «воспитанник» воспринимают во многом как формальное понятие.

Сформированность общекультурных компетенций – одно из базовых оснований для формирования целостного образа специалиста, соотносящееся с требованиями ФГОС и пожеланиями потенциальных работодателей.

Важно отметить, что формирование общекультурных компетенций может и должно активно реализовываться в практике дополнительного образования, но фактически редко используется в этой системе. Отчасти это происходит и потому, что система дополнительного образования нередко связана с продолжением и углублением базовой спортивной специализации.

В связи с вышесказанным следует отметить педагогический потенциал единоборств в отношении формирования общекультурных компетенций. Будучи своего рода философской системой, спортивные единоборства могут быть представлены как модель межличностных коммуникаций и как система личного самосовершенствования человека.

Потенциал единоборств в отношении формирования профессиональной компетентности и развития личностных качеств обучающихся заключается в следующем:

1. Комплексное развитие ресурсов организма, психики и личности обучающихся в процессе занятиями единоборствами способствуют развитию готовности к проявлению гуманистических ценностей, представленных нравственным кодексом вида спорта;
2. Задействование различных форм здорового соперничества и сотрудничества в рамках освоения единоборств является фактором повышения адаптации к любым видам социального и профессионального взаимодействия;
3. Занятия единоборствами, помимо развития физических навыков, подразумевают также развитие внимания, саморефлексии, коммуникативных способностей.

Таким образом, актуальность и современность обучения единоборствам связана с формированием профессионально значимых качеств личности, с одной стороны, и общих векторов личностного развития, в том числе личности как субъекта культуры и воспитания, с другой. Фактически речь идет о реализации многоаспектной деятельности, которая подразумевает широкие возможности для формирования значимых качеств личности, включая навыки социального взаимодействия, воспитание ценностных и морально-нравственных ориентиров, а также реализацию указанных качеств в профессиональном и повседневном поведении, реализацию их в практической деятельности обучающихся.

Степень разработанности темы. При достаточном внимании исследователей и педагогов к процессу формирования общекультурных компетенций в рамках дисциплин общегуманитарного цикла, крайне мало работ, отражающих имеющийся педагогический опыт и технологии, позволяющие содействовать становлению личности в рамках направленной спортивной деятельности. В том, что касается научной литературы, посвященной педагогике в области физической культуры и спорта, распространены работы, посвященные

воспитанию конкретных физических навыков, а также личностных качеств, отражающихся именно на успехе спортивной деятельности.

Анализ научной литературы по рассматриваемой проблеме показал, что существует ряд трудов, представляющих интерес для нашего исследования, а именно:

- компетентностный подход, представленный в исследованиях Э. Ф. Зеера, педагогические аспекты формирования личностных качеств обучающихся отраженные в работах Н. В. Кузьминой, Е. В Романенко.

- теоретические положения о физическом воспитании как факторе нравственного становления личности (В. В. Белорусова, И. Ю. Воронин, А. В. Воронков, Е. П. Ильин, В. В. Сокорев и др.).

- совокупность идей о понимании сущности образования и воспитания (Е. А. Александрова, Е. П. Белозерцев, Б. З. Вульф, В. И. Игошин, А. В. Мудрик, Н. Д. Никандров, М. Н. Певзнер, В. М. Розин, В. А. Сластенин, Ю. В. Селиванова, Г. Н. Филонов и др.);

- общие теоретические положения о взаимосвязи воспитания и физической культуры (С. Г. Вершловский, А. П. Матвеев, Л. П. Матвеев, С. Б. Мельников, П. Н. Осипов, Л. И. Лубышева и др.);

Значимыми для настоящего исследования явились работы, посвященные изучению воспитания молодежи средствами физической культуры и спорта, а также труды, связанные с формированием спортивной деятельности как самостоятельного и самоценного направления в контексте вузовского образования (С. И. Филимонова, Н. В. Пешкова, В. В. Белорусова, И. Ю. Воронин, В. М. Выдрин, Т. Т. Джемгаров, Е. П. Ильин, В. Н. Казанцев, Н. В. Могильный, М. Я. Набатникова, Н. Г. Озолин, А. Ц. Пуни, И. Н. Решетень, П. А. Рудик, А. А. Тер-Ованесян и др.), исследования, развивающие понятие «педагогическая и личностная рефлексия» (И. С. Кон, А. В. Мудрик, В. И. Слободчиков, В. И. Исаев, И. М. Слободчиков и др.).

Необходимо отметить, что в широкой линейке педагогических исследований вопрос о формировании у обучающейся СПО личностных и профессиональных

качеств, обеспечивающих реализацию мотивационных и целевых установок на формирование общекультурных компетенций в спортивно-образовательной деятельности как в целом, так и на примере конкретных видов спорта, рассмотрен недостаточно.

Существуют и не разрешены объективные **противоречия** на следующих уровнях:

- на *социокультурном уровне* – между социальными потребностями в стране в высококомпетентных профессионалах спортивной отрасли, обладающими высоким уровнем личной культуры и владеющими высоким уровнем общекультурных компетенций, с одной стороны, и ориентацией профессиональной подготовки будущих тренеров-преподавателей на усвоение узкоспециальных профессиональных компетенций – с другой;

- на *научно-теоретическом уровне* – между возможностью формирования высококомпетентного тренера-преподавателя в условиях учебной и внеучебной деятельности в системе СПО на занятиях физической культурой и спортом, с одной стороны, и недостаточной научной проработкой содержания и технологии формирования общекультурных компетенций в рамках дополнительного спортивного образования, в частности, при занятиях единоборствами – с другой.

- на *научно-методическом уровне* – между потребностью общества в выпускниках, обладающих высоким уровнем общекультурных компетенций и низким уровнем мотивации обучающихся СПО к их освоению, особенно в рамках дополнительного спортивного образования.

Выделенные противоречия позволили сформулировать научную **проблему** исследования: каков потенциал занятий единоборствами в контексте формирования общекультурных компетенций у учащихся СПО спортивного профиля подготовки и какова педагогическая технология его реализации?

Указанные противоречия определили выбор **темы** исследования «**Формирование общекультурных компетенций у учащихся среднего профессионального образования спортивного профиля подготовки на занятиях по единоборствам**».

Объект исследования – процесс формирования общекультурных компетенций у учащихся СПО спортивного профиля подготовки

Предмет исследования – содержание и педагогическая технология формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля подготовки на занятиях по единоборствам.

Цель исследования состоит в научном обосновании, разработке и экспериментальном доказательстве эффективности модели формирования общекультурных компетенций обучающихся СПО спортивного профиля подготовки на занятиях по единоборствам.

В соответствии с целью сформулированы **задачи исследования**:

1. На основе анализа теоретического и методического материала, методологических концепций, гипотез и подходов уточнить сущность понятия «общекультурные компетенции» применительно к обучающимся СПО спортивного профиля;
2. выявить компоненты общекультурных компетенций и критерии их оценки в рамках программ СПО спортивного профиля подготовки;
3. проанализировать и описательно раскрыть потенциал единоборств в отношении формирования общекультурных компетенций в рамках программ СПО спортивного профиля подготовки;
4. разработать модель формирования общекультурных компетенций в организациях СПО спортивного профиля при обучении единоборствам и апробировать ее в педагогической практике в системе дополнительного спортивного образования;
5. проанализировать и описать педагогические условия успешного формирования общекультурных компетенций в организациях СПО спортивного профиля при обучении единоборствам в условиях дополнительного спортивного образования.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что формирование общекультурных компетенций обучающихся СПО спортивного профиля подготовки на занятиях по единоборствам в условиях дополнительного

спортивного образования будет результативным, если:

- будет уточнено понятие «общекультурные компетенции», которые должны быть сформированы у учащихся СПО спортивного профиля подготовки, разработаны компоненты общекультурных компетенций и критерии их оценки;
- будет выявлен и научно обоснован потенциал занятий единоборствами для обучающихся СПО спортивного профиля в рамках дополнительного спортивного образования в отношении формирования общекультурных компетенций;
- будет внедрена в педагогическую практику системы дополнительного образования модель формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля подготовки на занятиях по единоборствам,
- будут обеспечены педагогические условия успешного формирования общекультурных компетенций в организациях СПО спортивного профиля при обучении единоборствам.

Методологическую основу исследования составили философские и гуманистические положения антрополого-гуманистической педагогики, отражающие нравственно-волевое воспитание для человека и общества (А. И. Арнольдов, Н. А. Бердяев, Е. В. Быстрицкая, Н. В. Масягина, Н. В. Поморцева и др).

В исследовании были использованы следующие методологические подходы:

- системный подход, позволяющий выявить в целостной системе обучающихся существенные связи (Б. Г. Ананьев, Л. С. Выготский, В. В. Давыдов, В. В. Краевский);
- аксиологический подход, формирующий у обучающихся потребность интегрировать в свое жизненное пространство нравственно-волевые качества (В. П. Бездухов, И. Б. Котова, М. П. Нечаев, В. П. Турчинов, Е. Н. Шиянов и др);
- культурологический подход, содействующий включению обучающихся в межличностные взаимодействия в условиях спортивно-образовательной деятельности (И. Ф. Исаев, М. С. Каган, В. А. Разумный, М. А. Правдов и др);

- эвохологический подход, экстраполирующий свободное времяпрепровождение обучающихся как вид деятельности, итогом которой становится самоактуализация, повышение самооценки, инициация творческой деятельности студентов (А. Ахола-Вало, Л. К. Фортова и др.)

Научная новизна исследования заключается в том, что впервые:

- выявлены и исследованы компоненты общекультурных компетенций, подлежащих формированию у обучающихся СПО спортивного профиля (мотивационно-целевой, содержательно-когнитивный (знаниевый), деятельностный рефлексивно-оценочный), осуществлена их классификация в соответствии с условиями их формирования в процессе спортивно-образовательной деятельности на примере занятия единоборствами;

- предложены критерии сформированности общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля в соответствии с проведенной классификацией, а также определены методы их оценки, которые могут быть применены в рамках дополнительного спортивного образования на примере занятия единоборствами;

- исследован потенциал единоборств в отношении формирования общекультурных компетенций в условиях системы дополнительного спортивного образования обучающихся СПО спортивного профиля;

- разработана и научно обоснована модель формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля с использованием потенциала единоборств, реализуемая в рамках дополнительного спортивного образования;

- получены новые экспериментальные данные о формировании общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля в условиях системы дополнительного спортивного образования на занятиях единоборствами.

- сформулированы и описаны педагогические условия, способствующие повышению эффективности процесса формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля.

Теоретическая значимость результатов исследования заключается в том, что:

- уточнено понятие «общекультурные компетенции» применительно к обучающимся в СПО спортивного профиля, выявлены компоненты общекультурных компетенций, подлежащие формированию у обучающихся,
- дополнена система научных представлений о применении компетентностного подхода в условиях системы подготовки кадров в организациях СПО спортивного профиля;
- выявлен потенциал единоборств при формировании общекультурных компетенций в рамках дополнительного спортивного образования;
- обновлены и дополнены содержательно-технологические основы профессиональной подготовки специалистов для отрасли «Физическая культура и спорт» в образовательных организациях СПО;
- исследованы педагогические условия интеграции учебной и внеучебной деятельности в рамках дополнительного спортивного образования, обновлено и дополнено знание о принципах и векторах профессиональной подготовки будущих тренеров-преподавателей с учетом акцентирования внимания на формировании общекультурных компетенций.

Практическая значимость исследования заключается в том, что:

- выявленные смысловые и содержательные компоненты общекультурных компетенций, а также критерии их сформированности могут быть применены для оценки успешности подготовки обучающихся СПО спортивного профиля к профессиональной деятельности.

Указанные критерии и компоненты могут быть адаптированы и применены для работы с обучающимися других уровней подготовки и профилей, а также на занятиях физической культурой и спортом в учебно-тренировочном процессе, в том числе адаптивной физической культурой, паралимпийскими видами спорта и др.

- на основе знаний о потенциале единоборств в отношении формирования общекультурных компетенций расширен методический инструментальный тренера-

педагога, что позволяет ему ставить и успешно решать целевые задачи личностного развития обучающихся;

- разработанная и апробированная модель формирования общекультурных компетенций в рамках дополнительного спортивного образования в организациях СПО существенно дополняет и содержательно углубляет методологию деятельности образовательных организаций СПО.

- расширен и дополнен практический арсенал методов и приемов воспитания обучающихся СПО спортивного профиля, что может экстраполироваться на другие области профессионального спортивного образования.

Выявленные и апробированные педагогические условия эффективности формирования общекультурных компетенций дают возможность более успешно проводить профессиональную подготовку в организациях СПО спортивного профиля в рамках дополнительного спортивного образования; полученные научные результаты могут в полной мере использоваться как основа лекционного и практического материала с целью повышения квалификации тренерско-преподавательского состава образовательных учреждений спортивного профиля, а также тренеров-практиков.

Результаты диссертационного исследования могут быть положены в основу рекомендаций по формированию общекультурных компетенций как значимой составляющей комплексного процесса социализации, обучения и воспитания учащихся СПО спортивного профиля, последующих ступеней профессионального спортивного образования.

Опытно-экспериментальная база исследования: специализированный колледж государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Московский государственный университет спорта и туризма» (ГАУО МГУСиТ). В исследовании были задействованы обучающиеся 1-2 годов обучения по направлениям подготовки 49.02.01 – Физическая культура, квалификация «педагог по физической культуре и спорту», форма обучения – очная.

Эксперимент осуществлялся в рамках дополнительной спортивной подготовки обучающихся (деятельность студенческого спортивного клубы). Были сформированы две группы (контрольная и экспериментальная), обе включали по 30 участников.

Объективность составляющих эксперимента определялась следующими критериями:

- однородность состава групп в соответствии с возрастом обучающихся (1-2 годы обучения);
- принадлежность участников контрольной и экспериментальной групп общим направлениям подготовки;
- единство организационных и педагогических условий (коммуникативная и образовательная среда, материально-техническая база и пр.);

Организация и основные этапы исследования. Исследование включало три последовательных этапа.

Первый этап (январь 2022 г. – август 2022 г.) был посвящен определению степени изученности проблемы исследования в теории и практике дополнительного профессионального образования в сфере физической культуры и спорта, спортивного воспитания, формулировке темы исследования, научно–методического аппарата исследования, определению методологических и теоретических основ, качественных и количественных методов исследования.

На втором этапе (сентябрь 2022 г. – август 2023 г.) на основе обобщения результатов анализа научно-методической литературы, образовательной практики и нормативных документов выявлялись аспекты социального заказа на разработку и реализацию программ комплексного воспитания и развития обучающихся, места общекультурных компетенций в этих процессах, выявлены компоненты готовности обучающихся к этой деятельности. Разрабатывалось обоснование модели формирования общекультурных компетенций в рамках освоения единоборств, были выявлены педагогические условия интеграции учебной и внеучебной деятельности в рамках дополнительного спортивного образования как условие успешности реализации авторской модели. Проводилась опытно-

экспериментальная работа, включающая констатирующее исследование уровня и качественных характеристик сформированности общекультурных компетенций обучающихся.

Третий этап (сентябрь 2023 г. – май 2024 г.) включал разработку, обоснование и апробацию в ходе формирующего эксперимента модели формирования общекультурных компетенций в рамках программ СПО спортивного профиля подготовки и ее внедрение в условиях полисубъектной образовательной среды вуза в системе дополнительного спортивного образования, а также контрольный эксперимент, количественный и качественный анализ результатов исследования, их оформление в виде научных и учебных публикаций, текста диссертации и автореферата.

Для решения поставленных задач и проверки исходных научных предположений использовалась совокупность взаимосвязанных и взаимодополняющих **методов исследования**: теоретические (анализ, синтез, аналогия, сравнение, обобщение, систематизация научных источников и нормативных документов по изучаемой проблеме, моделирование); эмпирические (опросные методы: наблюдение, индивидуально-групповые беседы, интервью; констатирующий, формирующий и контрольный педагогические эксперименты); математические (качественная и количественная обработка результатов).

Батарея эмпирических методов исследования включала две диагностические линейки: физиологической (А) и психолого-педагогической (В) направленности.

Диагностическая линейка А: для оценки силы нервной системы, как важного фактора индивидуализации процесса обучения с целью получения наиболее достоверных результатов, перекрестно применялись: оценка наклона кривой сенсомоторных реакций и психомоторный экспресс-тест Е. П. Ильина в модификации В. П. Озерова; теппинг-тест, методика исследования уровня субъективного контроля (УСК); методика Е. Е. Туник для оценки общей креативности.

Диагностическая линейка В: тест В. В. Бойко «Коммуникативная толерантность», тест Рокича для определения базовых ценностных векторов;

стресс-тест, позволяющий оценить способности преодоления препятствий к достижению цели предметной деятельности; тест «Кубики Кооса», позволяющий оценить уровень развития способности реализовывать конструктивные решения, а также опросники В. Гербачевского «Оценка уровня притязаний», А. Реана «Мотивация успеха и боязни неудач».

Дополнительно использовалось анкетирование по методике Н. Н. Обозова и авторская анкета по выявлению уровня волевой подготовки самбистов.

Для регистрации и анализа технико-тактических действий в соревновательных поединках высококвалифицированных самбистов с целью изучения характеристик соревновательной деятельности использовались метод анализа видеоматериалов соревновательной деятельности, нотационных записей с помощью специальных символов.

Положения, выносимые на защиту.

1. Применительно к образованию уровня СПО спортивной направленности общекультурные компетенции определяются как особая смылосодержательная система знаний, умений и навыков в области общей культуры, социально-образовательных и воспитательных практик, позволяющая обучающемуся не только успешно и продуктивно реализовывать профессионально-образовательные задачи, но формировать ценностно-мотивационную базу для освоения социально-культурного пространства, расширения мировоззрения, развития личностной рефлексии, а также ставить и реализовывать цели и задачи социально-воспитывающего характера по отношению к себе и другому в рамках спортивно-профессиональной деятельности.

2. Основными компонентами общекультурных компетенций, формирующихся у обучающихся СПО спортивного профиля, являются: мотивационно-целевой, определяющий готовность применять знания, умения и навыки в будущей профессиональной деятельности и социальном взаимодействии; содержательно-когнитивный (информационно-знаниевый), отражающий систему многоаспектной содержательной информации, обеспечивающей реализацию компетенции в деятельности; операционально-технологический (деятельностный),

представляющий собой систему целенаправленных действий и умений по реализации компетенции в профессиональной и иной социальной деятельности; рефлексивно-оценочный, направленный на самооценку и взаимооценку обучающимися уровня сформированности общекультурных компетенций, проявленности и предъявленности их в бытовом и профессиональном поведении.

Критериями сформированности общекультурных компетенций в системе СПО спортивного профиля являются: полнота информации, мотивация к их реализации в профессиональной деятельности; умение на их основании коммуницировать и реализовывать профессиональную деятельность .

3. Потенциал занятий единоборствами в отношении формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля включает:

- аксиологический аспект, связанный с применением кодекса чести спортсмена-единоборца и соответствующий морально-нравственным и ценностным категориям деятельности будущего тренера-преподавателя;

- управленческий аспект, связанный с ориентацией спортсмена на самоуправление и на управление взаимодействием на основании общекультурных норм, позволяет обучающимся получить навыки по планированию и реализации личной и профессиональной деятельности, что коррелируют с задачами будущего тренера-педагога.

- исследовательский аспект, позволяющий выстраивать взаимодействие на основании диагностики и прогноза развития социальных ситуаций с позиций общекультурных компетенций.

4. Модель формирования общекультурных компетенций на занятиях единоборствами у обучающихся СПО спортивного профиля основана на применении принципов личностно-ориентированного, компетентностного, синергетического и ресурсного подходов.

Включает в себя целевой, методологический, организационно-процессуальный и диагностический блоки, обеспечивает эффективность формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля в системе дополнительного спортивного образования.

5. Эффективность формирования общекультурных компетенций в организациях СПО спортивного профиля на основе занятий единоборствами повышается при создании в системе дополнительного спортивного образования следующих педагогических условий:

- расширения спектра социальных ролей, выполняемых обучающимися на занятиях единоборствами;
- активном включении обучающихся в систему организации спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий с применением единоборств;
- применении проектной деятельности и интерактивных форм работы во время обучения практикам единоборств и реализации тренировочной и соревновательной деятельности;
- расширении методического обеспечения тренеров-педагогов по проблематике формирования общекультурных компетенций.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечиваются: реализацией методологических позиций и применением методов исследования, адекватных цели, объекту и предмету исследования; количественным и качественным анализом материала, качественной интерпретацией полученных данных; достаточным количеством участников опытно-экспериментальной работы; построением выводов на методологических основах и с помощью методов, соответствующих задачам и цели исследования; использованием апробированного научно-методологического аппарата и достаточной полнотой опубликования результатов в рецензируемых научных изданиях.

Личное участие автора состоит в уточнении сущности понятия «общекультурные компетенции» применительно к обучающимся СПО спортивного профиля; в теоретическом обосновании и практической апробации содержательных и технологических элементов системы формирования общекультурных компетенций; в обосновании педагогических условий для учащихся СПО в процессе спортивно-образовательной деятельности, в разработке

и реализации структурной модели формирования общекультурных компетенций в ходе занятий спортивными единоборствами; в исследовании и описании факторов эффективности процесса формирования общекультурных компетенций; в изучении и описании педагогических условий, способствующих активации и реализации системы формирования общекультурных компетенций обучающихся СПО спортивного профиля.

Апробация результатов исследования. Основные положения и выводы, содержащиеся в диссертации, докладывались на международных, всероссийских и межрегиональных научно-практических конференциях: «Проблемы образования: история, современность, перспективы» (Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием. Брянск, 16 февраля 2023), «Стратегия и тактика подготовки современного педагога в условиях диалогового пространства образования» (V международная научно-практическая конференция, Брянск, 21-22 апреля 2022), «Молодые ученые» (Межрегиональная научная конференция, Москва, 22-24 апреля 2020).

Результаты исследования прошли апробацию и внедрены в образовательный процесс института СПО ГАОУ ВО МГУСиТ.

Соответствие диссертации паспорту научной специальности. Содержание диссертационного исследования соответствует паспорту научной специальности 5.8.7. Методология и технология профессионального образования, группа научных специальностей – 5.8. Педагогика:

14. Проектирование содержания, методов, дидактических систем и технологий профессионального образования. Системы проектирования и оценивания результатов профессионального образования.

18. Подготовка кадров в образовательных организациях среднего профессионального образования.

26. Формирование профессионального мировоззрения. Профессиональное развитие и саморазвитие личности. Личностное развитие в профессиональном образовании.

Основные положения и результаты исследования отражены в 8 научных публикациях автора общим объемом 7,05 п.л. (авторский вклад составляет 7,05 п.л.), в том числе 6 публикаций объемом 5,54 п.л. (авторский вклад составляет 5,54 п.л.) в ведущих научных рецензируемых изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации (Постановление Правительства РФ от 26.03.2016 №237 (ред. от 25.01.2024) «Об утверждении Положения о Высшей аттестационной комиссии при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации»).

Структура диссертации соответствует логике исследования, состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы из 259 наименований и 6 приложений. Общий объем диссертации составляет 183 страницы. Диссертация включает 18 таблиц, 7 рисунков.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ (СПО) В ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

1.1 Формирование общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля: социокультурные и педагогические аспекты

Среднее профессиональное образование представляет значимый ресурс формирования кадрового потенциала страны. Г.Р. Игтисамова [75] отмечает, что система профессионального образования в дореволюционной России (1860-1917 гг.), оказала серьезное влияние на экономический рост в начале XX в. Блинов В. И., Есенина Е. Ю. и Сергеев, И. С. подчеркивают, что развитие начального и среднего профессионального образования носит адаптивный характер. Весь комплекс нормативных оснований, материально-технических и кадровых ресурсов, ...программ приспособляется к условиям социально-экономического развития» [11. С. 7].

Эти задачи отражены в структуре и содержании федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) которые служат созданию системных условий для формирования личности обучающихся на всех уровнях образования.

Построенные на основе компетентностного подхода, ФГОС подразумевают общекультурную компетентность, которую Л.С. Троянская определяет как интегративную способность личности обучаемого, обусловленную опытом освоения культурного пространства, личными качествами и навыками решения проблем познавательного, мировоззренческого, жизненного характера [208. С. 30]. Собственно определение термин «общекультурные компетенции» подразумевает понимание обучающимися особенностей национальной и общечеловеческой культуры, духовно-нравственных основ жизни человека, а также ценностно-

смысловые, личностные, коммуникативными, учебно-познавательные, информационные и социально-трудовые качества.

Понятие «общая культура» в рамках компетентностного подхода возникает в единстве с «профессиональной культурой» специалиста, которая некоторыми авторами рассматривается как готовность личности соответствовать нравственным и социальным нормам культуры независимо от специализации в профессиональной сфере.

Анализ научно-педагогической литературы (работ Л.И. Берестовой, А.В. Хуторского, И.А. Зимней, Д.А. Иванова, В.А. Исаева, Н.С. Колмогорова, Дж. Равена и др.) позволяет сделать вывод, что структура любой компетенции состоит из трех компонентов. Это гносеологический компонент (знания, умения, навыки), субъективно-личностный компонент и процессуально-деятельностный компонент. Соответственно, сформированные общекультурные компетенции обучающегося свидетельствуют о его интегративной способности осваивать культурные и профессиональные поля деятельности, осознавать себя как личность и как часть социума.

Здесь важно отметить, что формирование общекультурных компетенций в условиях современного общества имеет и ряд осложняющих моментов. Современное общество переживает кризисные явления, связанные с утратой традиционных ценностей, имеющих культурные и исторические корни; представления о благе личности и общества трансформируются под влиянием парадигмы потребления и вызовов информационной эпохи. Эти тенденции обнаруживаются повсеместно, став глобальной установкой современности. Выверенные историей и культурой модели воспитания часто рассматриваются как потерявшие свой авторитет и прочность, а в качестве альтернативы – выдвигаются идеи прагматичных форм образования, которые подходили бы для подготовки специалистов узкого профиля. В этом смещении акцентов от фундаментальности подготовки кадров – к очерчиванию четких профессиональных границ в образовании, неизбежно теряются общекультурные и личностно ориентированные компоненты. Прагматические стратегии в сфере образования следуют за общими

социальными установками, которые призваны рассматривать и общество, и человека в призме экономической эффективности. Указанные тенденции имеют глобальные масштабы. Еще со второй половины XX в. они стали одной из тем изучения исследователей и педагогов как в России, так и за рубежом [15, 22, 81, 97].

Сегодня довольно часто отмечается снижение общего качества образования и образовательной среды, несмотря на активные усилия государства по формированию целостной системы воспитания и обучения. Система образования снижает свою роль в формировании личности и общества, в том числе, и за счет появления альтернативных источников в информационном поле современности, и за счет неизбежной интенсификации образовательного процесса в условиях снижения «контактной» работы. Однако, как показывает и мировой, и отечественный педагогический опыт, речь идет о многоаспектных процессах, связанных с самыми разными основаниями и следствиями. Повышается влияние СМИ, цифровых информационных платформ, соцсетей на человека, утрачиваются традиционные формы солидарности, что становится дополнительным вызовом и риском.

Поэтому система образования призвана ответить и на запросы социально-экономического развития общества, и на задачи сохранения культурной и национальной идентичности как одной из внутренних задач гуманитарной безопасности государства и личности. По существу, обращение к воспитательному компоненту сегодня – насущная необходимость, озвученная как на уровне дискуссий самого высокого ранга.

Актуальные процессы, снижающие значимость информации и знаний, поступающих в прямой форме, дополнительно очерчивают важность новых педагогических форм и методологий, связанных с принципами субъектно-деятельностного, системного, компетентностного подходов. Еще во второй половине XX в. было доказано, что в процессе обучения передается не собственно знание, но «культурная ситуация» [236. С. 17], и это само по себе меняет

требования не столько к содержанию образовательного процесса, сколько к его носителям: речь идет в равной степени и об обучающихся, и о педагогах.

Необходимость взращивания новых спектров качеств человека и профессионала отражается и в самой системе образования, и в системе взаимодействия между органами образования и работодателями, повышаются требования к воспитательным компонентам в обучении со стороны государства. Все эти трансформации приводят к «уплотнению» образовательных программ, акценты смещаются от преподавания знаний как модели миропонимания – к формированию компетентностей, качеств, позволяющих личности самостоятельно ориентироваться в мире новых вызовов, быть более гибкими в мире постоянно меняющейся социальной и технологической среды, в гражданском выборе.

В этих условиях общекультурные компетенции, сформулированные на уровне Федеральных государственных образовательных стандартов в разных отраслях, фиксируют социальный заказ на те качества личности, которые позволяют ей овладеть и профессиональными компетенциями, и широким спектром востребованных гражданских качеств.

Отрасль физической культуры и спорта – это сфера, в которой пересекаются векторы, прямо и косвенно оказывающие воздействие и на личностные характеристики человека, и на формирование важных социальных констант, связанных с чувством солидарности, ответственности.

Как отмечают Е.В. Быстрицкая и С.В. Дмитриев, в структуре социального заказа в отрасли физической культуры и спорта в последние десятилетия произошли серьезные изменения [19. С. 55-63]. Растет требовательность работодателя к сотрудникам, поскольку многоплановость педагогической и спортивной деятельности тренера-педагога объединяются именно теми качествами, которые сегодня заложены ФГОС в формулировках общекультурных компетенций.

Профессиональный стандарт «05.012 Тренер-преподаватель» подразумевает широкие спектры деятельности, от собственно спортивной – до общего и профессионального образования, а также дополнительного образования детей и

взрослых [170]. Он определяет многообразие трудовых функций, которые требуют глубокой педагогической и психологической компетентности тренера-педагога. Соответственно, сфера образования – и, собственно, система среднего профессионального образования (СПО), которая готовит выпускников к такой деятельности, активно задействует инструменты общекультурных компетенций для формирования специалистов необходимой квалификации.

Общекультурные компетенции, заложенные актуальным ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура [216], подразумевает широкие личностные и профессиональные навыки, от способностей оперировать задачами профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам и навыками анализа (ОК-1 и ОК-2) до компетентности в области управления, менеджмента, правовой и финансовой грамотности (ОК-3) и в области социальных коммуникаций (ОК-4, ОК-6, ОК-9). Все перечисленные личные и профессиональные качества выпускника СПО будут востребованы в самых разных спектрах его деятельности, и в области физической культуры и спорта, и в сфере педагогической работы.

Взаимное соответствие требований ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура и Профстандарта 05.012 Тренер-преподаватель обусловлены как социальными потребностями общества в профессиональных кадрах, так и самими механизмами формирования профессиональных и личностных качеств будущего тренера-педагога в спортивной сфере.

Так, требования общекультурных компетенций, подразумевающие необходимость для выпускника быть способными решать задачи профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам (ОК-1), планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях (ОК-3), эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде (ОК-4), соответствуют задачам, отраженным в

Профстандарте – планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки, а также организация воспитательной работы в спортивных сборных командах муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, физкультурно-спортивных обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине). Такое же соответствие наблюдается между требованиями общекультурных компетенций ОК-2 и ОК-5, которые указывают на необходимость владения выпускниками навыками использования всего спектра информационной грамотности и анализа с навыками профессиональной устной и письменной коммуникации и требованиями Профстандарта, которые указывают на необходимость практических навыков в сфере осуществления поддержки и психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения спортсменов, а также анализа спортивной деятельности.

В таблице 1 представлены требования ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура и Профстандарта «05.012 Тренер-преподаватель, а также предполагаемые компоненты общекультурных компетенций, которые необходимы для реализации профессиональных задач будущего тренера-педагога.

Таблица 1 – Соответствие требований ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура Профстандарту «05.012 Тренер-преподаватель, включая предполагаемые компоненты общекультурных компетенций

ФГОС СПО 49.02.01 Физическая культура ОБЩЕКУЛЬТУРНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ	ПРОФСТАНДАРТ 05.012 Тренер- преподаватель	Предполагаемые компоненты общекультурных компетенций
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам. ОК 03. Планировать и реализовывать собственное	Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей	Мотивационно-целевой, содержательно-когнитивный (знаниевый), операционально-технологический (деятельностный).

профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях. ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки. Организация воспитательной работы в спортивных сборных командах муниципального уровня, субъекта Российской Федерации, физкультурно-спортивных обществ (по виду спорта, спортивной дисциплине).	
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.	Осуществление поддержки и психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки сопровождения тренировочного процесса.	Содержательно-когнитивный (знаниевый), операционно-технологический (деятельностный), рефлексивно-оценочный.

В подготовке будущих педагогов физической культуры и спорта в рамках среднего профессионального образования подразумевается, что выпускник программы СПО должен быть готов как к преподаванию физической культуры по основным общеобразовательным программам, так и к организации и проведению внеурочной работы и занятий по дополнительным образовательным программам в области физической культуры, и к методическому обеспечению процесса физического воспитания [216]. Все эти требования отражены в нормативных документах и соответствуют требованиям современности.

Получение среднего профессионального образования на базе основного общего образования осуществляется с одновременным получением среднего общего образования в пределах соответствующей образовательной программы среднего профессионального образования.

Система спортивной подготовки [215] (в ред. Федерального закона от 30.04.2021 N 127-ФЗ) включает в себя:

- 1) федеральные стандарты спортивной подготовки;
- 2) примерные дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;
- 3) организации, реализующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;
- 4) центры спортивной подготовки (центры подготовки спортивного резерва), медицинские организации, включая центры спортивной медицины, научные организации в области физической культуры и спорта, физкультурно-спортивные организации;
- 5) тренеров-преподавателей, иных специалистов в области физической культуры и спорта, лиц, проходящих спортивную подготовку, включая обучающихся, родителей (законных представителей) таких несовершеннолетних лиц;
- 6) органы государственной власти, осуществляющие государственное управление в области физической культуры и спорта, в сфере образования, в области обороны, в области безопасности, в сфере организации медико-

биологического обеспечения спортсменов спортивных сборных команд Российской Федерации, а также органы местного самоуправления, осуществляющие управление в области физической культуры и спорта и в сфере образования, созданные указанными органами государственной власти и органами местного самоуправления консультативные, совещательные и иные органы;

7) объединения юридических лиц, работодателей и их объединений, спортивные федерации, общественные объединения, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта и (или) в сфере образования.

Статья 3 ФЗ от 30 апреля 2021 г. N 127-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями) предусматривает, что лица, проходящие спортивную подготовку по программам спортивной подготовки, обучающиеся по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта, считаются принятыми на обучение на соответствующий этап спортивной подготовки по соответствующим дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

Формирование общекультурных компетенций, в целом, заложено в учебном процессе в рамках освоения социально-гуманитарного и общепрофессионального циклов, однако следует отметить и необходимость, и имеющийся потенциал освоения общекультурных компетенций и в рамках занятий обучающихся физической культурой и спортом. Собственно, профессиональная подготовка, которая по мнению самих обучающихся, является приоритетной и доказавшей свою профессиональную значимость, часто отодвигает другие дисциплины на второстепенную роль. Возникает иллюзия, что будущий тренер-преподаватель в первую очередь должен освоить именно спортивные компетенции.

При таком подходе происходит разрыв в сознании обучающихся между пониманием будущей профессиональной деятельности и готовностью к их применению. В действительности, общекультурные компетенции необходимы для обеспечения эффективности их профессиональной деятельности. Однако

мотивация и готовность к их применению, и, особенно, мотивация к их изучению и освоению у обучающихся СПО оценивается как довольно низкая.

Проект Федерального института развития образования (ФИРО) «Ключевые направления развития российского образования для достижения Целей и задач устойчивого развития в системе образования до 2035 г. [83] предусматривает к 2030 году существенно увеличить число молодых и взрослых людей, обладающих востребованными навыками, в том числе профессионально-техническими навыками, для трудоустройства, получения достойной работы и занятий предпринимательской деятельностью.

В контексте указанных общественных тенденций и направлений развития образования в России, можно сделать вывод о том, что физическая культура и спорт имеют высокий потенциал в том, что касается формирования общекультурных компетенций выпускника СПО. При этом сформированные общекультурные компетенции составляют базис для успешной будущей профессиональной деятельности. Эта связь между общекультурными и профессиональными компетенциями обусловлена тем, что сформированные общекультурные компетенции указывают на присутствие важных социальных качеств личности в мотивационных, ценностно-смысловых ракурсах, в навыках социального взаимодействия и структурирования собственной деятельности. Тем самым, сформированные общекультурные компетенции позволяют обучающемуся проявить себя в профессиональной сфере, которая есть системная деятельность, в центре которой – личностные качества субъекта собственной профессиональной деятельности [13; 68].

В рамках анализа «применимости» единоборств к развитию общекультурных, прежде всего, поскольку это предмет настоящего исследования, а также и общепрофессиональных компетенций, фактически необходимо соотнести несколько категорий – собственно существующее (прописанное) наполнение соответствующей компетенции, зону «зияния», то, что данная компетенция не «покрывает» в части формирования общей культуры и возможности единоборств по восполнению этой недостаточности.

В качестве наиболее яркого примера можно привести максимально далеко отстоящий от спортивных навыков раздел, и, как показывает практика, один из наиболее проблемных в плане обучения студентов СПО: **ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста; ОГСЭ.06 - русский язык и культура речи**, и показать возможности его развития за счёт потенциала единоборств.

Анализируя «эффекты» системных занятий единоборствами необходимо отметить следующее: единоборства, такие как борьба, дзюдо, карате, требуют не только физической силы, но и стратегического мышления, быстроты реакции, умения адаптироваться к переменным условиям. В процессе тренировок спортсмены развивают навыки общения, учатся четко и ясно выражать свои мысли, контролировать свои эмоции. Эти психические особенности важны для успешного освоения правил грамматики, синтаксиса и др.

Кроме того, недостаточно грамотная или просто развитая речь может стать серьезным препятствием для спортсменов при взаимодействии с тренерами, судьями, жюри на соревнованиях, а также при общении с представителями прессы и публики. Отдельным важным обстоятельством является то, что единоборства представляют собой виды спорта, в которых осуществляется сложнокоординационная и организационно-планируемая (не спонтанная) деятельность, которая в свою очередь способствует формированию и развитию сложных связей в системе «мышление – физическое действие». Обратная ситуация – необходимость в процессе изучения русского языка как предмета не только запоминать и усваивать его грамматические правила и расширять словарный запас, но и понимать особенности контекста речи, уметь подбирать выражения в зависимости от ситуации, адекватно реагировать на вопросы и комментарии окружающих – способствует развитию элементов психической деятельности которые направлены на реализацию динамически и последовательно усложняющихся задач в видах спорта группы единоборств.

Таблица 2 – Примеры возможностей использования потенциала единоборств в формировании общекультурных компетенций.

ОК	Учебный предмет	Отсутствует:	Восполнение единоборствами
Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;	ОГСЭ. 03 - Психология общения МДК 01.01 - Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов МДК 02.02 - Организация физкультурно-спортивной работы	1. Психология общения: Отсутствие глубокого анализа и практических упражнений, направленных на развитие умений эффективного общения. Не хватает изучения конкретных ситуаций, с которыми сталкиваются спортсмены во время соревнований и тренировок. Недостаточно фокуса на обучении навыкам конструктивного решения конфликтов и управления эмоциями. 2. Избранный вид спорта с методикой тренировки: Отсутствие индивидуального подхода к спортсменам и методик, адаптированных под их потребности и особенности.	1. Развитие физических качеств, таких как гибкость, выносливость, сила и координация движений. 2. Повышение самоконтроля, дисциплинированности и уверенности в себе. 3. Нарботка навыков реакции на стрессовые ситуации и быстрого принятия решений.

		Не всегда предоставляется возможность практической отработки техники и тактики в выбранном виде спорта. Недостаточное изучение психологических аспектов тренировки и сопровождения спортсменов. 3. Организация физкультурно-спортивной работы: Большинство методик ориентированы на общий подход к обучению, что не всегда учитывает специфику каждого вида спорта. Отсутствие изучения современных тенденций в организации спортивной деятельности и применения инновационных методов. Не всегда уделяется достаточно внимания анализу результатов и оценке эффективности проводимой работы.	
Использовать современные	ЕН.02 - Информатика	Не уделяется должного внимания	При первом взгляде может показаться,

средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	тренировке практических навыков их использования в реальных профессиональных ситуациях. Это может создать определенные проблемы для студентов в будущем, когда им придется применять полученные знания на практике.	что единоборства и информационные технологии — абсолютно не связанные области знаний. Однако, при более внимательном рассмотрении, можно выявить несколько общих черт, которые могут помочь студентам в усвоении материала учебного предмета. Дисциплина и целеустремленность. Для того чтобы преуспеть в обучении информатике и работе с информационными технологиями, необходимо быть дисциплинированным и целеустремленным. Те же качества важны в единоборствах, где требуется постоянная тренировка и самоконтроль. Умение анализировать ситуацию. В единоборствах спортсмен должен
--	---	--	--

			быстро оценить действия соперника и принять правильное решение. То же самое необходимо и в работе с информацией, где важно уметь анализировать данные и делать выводы. Таким образом, занятия единоборствами могут быть эффективным дополнением к учебному процессу по информатике и информационно-коммуникационным технологиям. Они помогут студентам развить важные навыки, которые пригодятся им не только в спортивной, но и в профессиональной сфере.
Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие; предпринимательскую деятельность в профессиональной	ОП. 08 - Правовое обеспечение профессиональной деятельности ОП.17 - Основы экономики в	Правовое обеспечение профессиональной деятельности и основы экономики в сфере физической культуры и спорта - важные аспекты, которые могут быть недостаточно	Занятия единоборствами способствуют формированию у студентов таких качеств как дисциплина, самоконтроль, стремление к

сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	сфере физической культуры и спорта ОП. 18 - Основы спортивного менеджмента ОП. 19 - Основы маркетинговой деятельности	освещены в учебных предметах спортивного колледжа. Без их полноценного изучения студентам может быть затруднительно планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, а также осуществлять предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.	достижению поставленных целей. Эти навыки и черты характера могут быть применимы в различных сферах жизни, включая профессиональную деятельность. Благодаря занятиям единоборствами студенты могут научиться принимать решения в сложных ситуациях, быть уверенными в своих силах и действиях, что важно для успешной реализации себя как профессионала. Таким образом, сочетание изучения правовых и экономических аспектов с занятиями единоборствами может обеспечить студентам необходимые знания и навыки для успешной карьеры в области физической культуры и спорта.
ОК 04. Эффективно взаимодействовать	ОП. 18 - Основы	Для эффективной работы в коллективе и	Эти навыки могут быть развиты через

и работать в коллективе и команде	спортивного менеджмента ПМ. 01 - Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта ПМ. 02 - Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп	команде необходимо следующее: 1.Тимбилдинг и развитие командного взаимодействия 2.Коммуникационные навыки и умение эффективно общаться в группе 3.Лидерство и управление конфликтами Данные навыки необходимы для успешного взаимодействия как с коллегами, так и с тренерами и спортсменами.	занятия единоборствами, где акцент делается на развитие дисциплины, уважения к партнеру и умению контролировать свои эмоции в стрессовых ситуациях.
Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	ОГСЭ.06 - русский язык и культура речи	Для успешной коммуникации на русском языке необходимо не только знать его грамматические правила и словарный запас, но и понимать особенности культуры речи, уметь подбирать выражения в зависимости от ситуации, адекватно реагировать на вопросы и комментарии окружающих.	Единоборства могут помочь спортсменам восполнить недостаток знаний русского языка и культуры речи, так как они требуют не только физической силы, но и стратегического мышления, быстроты реакции, умения адаптироваться к переменным условиям. В процессе тренировок

			спортсмены развивают навыки общения, учатся четко и ясно выражать свои мысли, контролировать свои эмоции. Во время схваток спортсменам необходимо быстро принимать решения и действовать, что способствует развитию мгновенной реакции в общении. Во время соревнований спортсмены сталкиваются с различными ситуациями, что помогает им лучше приспосабливаться к новым условиям общения.
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом	ОП. 10 - Безопасность жизнедеятельности	Не хватает практического применения знаний в реальных условиях.	Благодаря тренировкам по единоборствам, студенты приобретают навыки самоконтроля, распределения силы и умения сохранять спокойствие в стрессовых ситуациях. Такие занятия помогают сформировать у

гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционног о поведения			студентов осознанное поведение и ответственный подход к собственной безопасности и безопасности окружающих. Кроме того, занятия единоборствами способствуют формированию у студентов уважения к собеседнику, умению решать конфликты мирным путем и принимать правильные решения в различных ситуациях.
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению , принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	ОП. 10 - Безопасность жизнедеятельн ости	Отсутствие учебных программ, посвященных экологической безопасности и принципам бережливого производства. Недостаточное внимание к обучению навыкам действий в чрезвычайных ситуациях.	Единоборства не только способствуют физической подготовке студентов, но и развивают навыки самоконтроля, стрессоустойчивости , а также обучают эффективным методам решения конфликтных ситуаций. На тренировках по единоборствам студенты учатся контролировать свои

			эмоции и реагировать адекватно в стрессовых ситуациях. Соревнования в единоборствах способствуют формированию навыков быстрого принятия решений и адаптации к переменным условиям. Упражнения по самообороне обучают студентов действиям в чрезвычайных ситуациях, что может быть полезно как в спорте, так и в повседневной жизни. Таким образом, внедрение занятий по единоборствам в учебный план спортивного колледжа поможет студентам развить не только физическую выносливость, но и умения, необходимые для эффективного взаимодействия с окружающей средой, ресурсосбережения
--	--	--	--

			и успешного преодоления чрезвычайных ситуаций.
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	МДК 01.01 - Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов МДК 02.01 - Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки МДК 02.02 - Организация физкультурно-спортивной работы ПМ. 03 - Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности	Деятельность с методикой оздоровительной тренировки узконаправленна, так как она осуществляется на базе избранного вида спорта.	Единоборства включают в себя широкий спектр подготовки: гимнастика, акробатика, легкая атлетика, выполнение общеразвивающих базовых упражнений. Занятия единоборствами могут стать отличной альтернативой для комплексного развития физических способностей и укрепления здоровья студентов.
ОК 09. Пользоваться профессиональной	ОГСЭ. 04 – Иностранный язык	Для успешной коммуникации на русском языке	Единоборствами во всем мире занимается огромное

документацией на государственном и иностранном языках.	ОГСЭ. 06 – Русский язык и культура речи ОП. 08 - Правовое обеспечение профессиональ ной деятельности	необходимо не только знать его грамматические правила и словарный запас, но и понимать особенности культуры речи, уметь подбирать выражения в зависимости от ситуации, адекватно реагировать на вопросы и комментарии окружающих. Так же для коммуникации на иностранном языке необходимо уделять должное внимание на практику речи с носителями того или иного языка.	количество человек. Многие иностранные специалисты проводят тренинги и мастер-классы на иностранном языке. На международных соревнованиях зачастую используют английский язык для коммуникации и при заполнении документации. Занятия единоборствами так или иначе погружают в среду, где знания иностранного языка необходимы.
--	---	--	---

При всем внимании к формированию общекультурных компетенций в рамках учебной деятельности обучающихся, недостаточно внимания уделяется возможностям о внеучебной деятельности в самом широком контексте. При этом ресурс дополнительного образования еще менее изучен.

Дополнительное образование в соответствии с определением статьи 2 (ч.14) Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» трактуется как вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования. Дополнительное спортивное образование позволяет использовать ресурсы высокой мотивации обучающихся к освоению спортивных навыков, при этом

следует учитывать, что физическая культура и спорт в равной степени служат формированию как важных физических качеств человека, связанных со здоровьем и выносливостью, так и личных характеристик, крайне важных для социального взаимодействия и успешной самореализации в профессиональных и частных сферах жизни.

Правильно выстроенная модель работы с обучающимися СПО, включающая в себя интеграцию учебной и внеучебной деятельности с привлечением ресурса дополнительного спортивного образования, позволит усилить профессиональную значимость общекультурных компетенций в регулятивном, социально-коммуникативном и познавательном, образовательно-познавательном содержании. Это те составляющие общекультурных компетенций, которые приобретают все большую актуальность и значимость в образовании.

Это позволит способствовать обретению выпускниками СПО практически значимых навыков и значительно повысить социальную значимость и востребованность специалиста СПО.

Таким образом, очевидно, что для формирования общекультурных компетенций в системе среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура недостаточно только учебных дисциплин. Формирование общекультурных компетенций, следует осуществлять с привлечением всех форм спортивного и творческого дополнительного образования. Речь идет о разных спектрах обучающей деятельности: это и собственно образовательный процесс, и участие во внеучебной деятельности, и управленческая помощь в организации спортивных соревнований, культурно-массовых мероприятий и т.п. По существу, будущей педагог-тренер в области физической культуры и спорта в своей деятельности неизбежно выполняет целый ряд функций. Он должен быть подготовлен к своей профессии, освоив ширококонтекстное мышление. Такое понимание себя как педагога в профессии, сочетание личных качеств (общекультурных компетенций) с профессиональными качествами, позволит ему подготовить обучающихся СПО к важным будущим

педагогическим задачам – цель не только осуществимая, но и требующая системного подхода.

Сегодня в центре внимания педагогических дискуссий оказывается обнаруженная «содержательная и функциональная разорванность, нескоординированность двух основных разделов образования – обучения и воспитания» [195. С. 11]. Речь идет о том, что прагматические идеи, получившие распространение в постсоветский период перестройки отечественного образования, привели к вымыванию воспитательных элементов из системы образования в целом. Однако в последние годы стал происходить поворот к реалиям ценностного самоопределения личности и общества, выразившийся, в частности, в повышенном внимании к проблемам духовного наследия, национальной идеи, патриотизма. Как отмечают педагоги-исследователи, сегодня «образовательные технологии, традиционно ориентированные на когнитивные (познавательные) аспекты педагогического процесса, практически не затрагивают его воспитательную, ценностноориентирующую сторону. Эта тенденция оказала тормозящее воздействие на развитие многих разделов педагогической теории и практики» [195. С. 11].

Компетентностный подход, который получил широкое распространение в российской практике, в известной мере отвечал потребности системы образования в формировании личностных качеств обучающегося. Отчасти это было связано и с вхождением российской системы образования в общеевропейский Болонский процесс. Компетентностный подход должен был «ориентировать на построение учебного процесса сообразно результату образования: в учебную программу или курс изначально закладываются отчетливые и сопоставимые параметры описания (дескрипторы) того, что студент будет знать и уметь «на выходе»» [86].

Н.Ф. Радионова подчеркивает, что «профессиональная компетентность выпускника есть интеграция его универсальных, обще-профессиональных и профессиональных компетенций, которые, в свою очередь, формируются в процессе накопления обучающимися опыта решения учебных, учебно-профессиональных и профессиональных задач» [174].

В отрасли физической культуры и спорта проблематика воспитания личностных качеств обучающегося, отраженных, прежде всего, в сформированности общекультурных компетенций, ставит вопрос о том, должно ли это происходить лишь в процессе освоения общетеоретических дисциплин общекультурного цикла. Как правило, формирование общекультурных компетенций видится, главным образом, как функция гуманитарных дисциплин [208, С. 20].

В представленном исследовании речь идет о том, что именно дополнительное спортивное образование обладает необходимым ресурсом, позволяющим «снять» указанное противоречие, поскольку именно к освоению спортивных навыков у обучающихся СПО всегда есть высокая мотивация. Поэтому использование этого педагогического инструмента для формирования общекультурных компетенций имеет чрезвычайную актуальность.

Согласно предъявляемым требованиям, дидактическая система среднего профессионального образования в отрасли физической культуры и спорта выстраивается в соответствии с общей целью образования, отражая свою специфику и оригинальность. Необходимая активность личности регламентирована и структурирована в соответствии с потребностями общества во избежание «пассивности» физического развития, рассматривая в системе дидактическое влияние на личность, а также активизации внутренней индивидуальной мотивации каждого, без которой невозможно полноценное функционирование дидактической системы.

Такой подход в рамках системы образования позволяет выделить основные цели формирования личности, мотивацию, содержание образования, способы и методы и др. составляющие в формировании личности, подобрать наиболее эффективные способы реализации функций образования.

Большинство современных исследователей отмечают, что пути повышения эффективности учебно-тренировочного процесса спортсменов требуют пересмотра существующих положений о технологии обучения и преподавания. Общепринятым является представление о технологии, как о конструировании

учебного процесса по схеме, предусматривающей определение общих целей, содержания обучения и учебных целей, осуществление обучения с оценкой, последующей коррекцией и исправлением ошибок. Л. П. Матвеев отмечает, что в спортивной подготовке методы обучения и воспитания, применяемые тренерами в учебно-тренировочном процессе для повышения его эффективности, должны соответствовать основному требованию, связанному с гуманизацией образования [126].

Таким методам воспитания, как стимулирование поведения и деятельности, может отводиться коррективная роль в учебно-тренировочном и воспитательном процессе [162]. Идея внедрения этой стратегии в спортивную тренировку юношей, занимающихся единоборствами, опирается на понимание психологических механизмов сознания. Здесь важно отметить, что то, что силой навязывается сознанию человека, не может им восприниматься положительно, а то, что привносится с основательным убеждением и личным примером, свободой в выборе, оставляет отпечаток в сознании в виде интереса и мотивации к действию.

Вопрос о педагогических технологиях всегда был значим в разные исторические эпохи и интерпретировался в зависимости от целей и задач образования. Педагогические модели всегда отвечали векторам, выстраиваемым в обществе, ценностям и представлениям о назначении личного бытия, педагогические модели отвечали. Так, классическая классно-урочная модель Я.А. Коменского соответствовала представлениям о том, что знание само по себе формирует линии преемственности и воплощения в практике. Учитель должен был дать наиболее полную картину мира, ученик был призван, освоив её, воплотить свое знание в реальности. Начало XX в. отмечено целым рядом открытий в области психологии и педагогики, которые несколько иначе повернули ракурсы педагогической деятельности. В педагогическом процессе, который есть в глубоком смысле – диалог, важны не только и не столько знания, передаваемые в обучении, сколько сами профессиональные и личные качества и педагога, и обучающегося. При этом возрастные и психологические особенности ученика

создают базис, понимание которое формирует модели педагогического воздействия.

В свое время А. С. Макаренко признавал необходимость создания особого «педагогического производства» со всеми соответствующими отделами, включая «технологический процесс», «конструкторскую работу» [122]. Как пишут В.П. Соломин и И.Л. Набок, в середине появляется «технологический подход к построению процесса обучения в американской, а затем и в европейской школе. Речь шла, прежде всего, о «технизации» образования, связанной с задачей обеспечения растущего производства кадрами технически и технологически вооруженных специалистов, т. е. профессионалов, владеющих методами оптимального достижения требуемого результата. Дальнейшее развитие шло по линии расширения и углубления понимания технологий, хотя и до сих пор в педагогической практике технологии нередко связывают только с применением технических средств обучения (ТСО) и компьютерной техники. К концу XX в. некоторые отечественные исследователи насчитывали до 50 различных общедидактических технологий» [195. С. 5].

Само по себе понятие педагогической технологии отсылает нас и к термину «технология» (др.-греч. τέχνη – «искусство» и λόγος — «слово, учение»), который подразумевает алгоритм, направленный на создание продукта, отвечающего определенным требованиям. В случае с понятием «педагогической технологии» речь идет о более глубоких ракурсах, поскольку «продуктом» может быть как сам образ человека, наделенный желаемыми качествами, так и сама педагогическая модель. Педагогическая технология всегда отражает принципы, которые в виде ценностного блока отражаются и в содержании, и в форме обучения. Так, современный компетентностно-деятельностный подход подразумевает активное включение обучающегося в образовательный процесс. Он выступает не как объект воздействия, но и как субъект, который в определенной мере сам формирует свои личностные и профессиональные качества.

Педагогические технологии – это комплекс набор форм, методов, способов, приёмов обучения и воспитательных средств, которые «собираются» и в

зависимости от поставленных задач, и от характеристик субъектов образования [188]. Современные педагогические технологии ставят своими задачами важные гуманитарные ракурсы. Важно не только достижение результата, но и личностное развитие обучающегося: «в русле этого строится множество педагогических технологий – «сотрудничества», «дифференцированного обучения», «разноуровневого обучения», «развивающего обучения», а также те, которые часто именуются «альтернативными», в частности, из-за стремления преодолеть рамки «классно-урочной» системы (вальдорфская педагогика, «технология свободного труда» С. Френе, «технология мастерских» П. Колена, А. Окунева и другие)» [195. С. 11]. Собственно «технологичность» современной педагогики задается четкими алгоритмами, которые строятся и в логике научного дискурса, и в русле понимания и интерпретации всех особенностей возраста и психологических возможностей обучающихся. Наконец, чрезвычайно важный фактор технологии – её предсказуемость, «диагностируемость». В.П. Беспалько подчеркивает: «чтобы перейти от традиционной педагогической системы без диагностичных целей и объективного контроля к перспективной педагогической системе, необходимо специальное ее проектирование и экспериментальная доводка до той степени совершенства, когда гарантировано соотношение «цель — результат» [10]. В работах В. П. Беспалько были сформулированы и основные критерии диагностируемости результата: 1) точное и определенное описание формируемого педагогическим воздействием личного качества, позволяющее безошибочно его дифференцировать, отличить от любых других качеств личности; 2) наличие способа, «инструмента» для выявления диагностируемого качества. С возможностью учителя, использующего технологические принципы, диагностично ставить цели урока непосредственно связана и поэтапность слежения, контроля и коррекции деятельности учащегося, которые «осуществляются после выполнения каждого этапа АФ (алгоритма функционирования) и усвоения каждого УЭ (учебного элемента)» [9].

Поэтому педагогические технологии можно рассматривать как развитие идей программируемого обучения. Обучение должно быть максимально управляемым

процессом, в отличие от традиционных подходов, для которых воздействие на обучающегося может быть многогранным, но не в полной мере определенным. Технология программируемого обучения, опирается на учение И. П. Павлова и открытия теории оперантного обусловливания (Б. Ф. Скиннер и др). В основу технологии программируемого обучения Б. Ф. Скиннер возложил два требования: освободиться от контроля и перейти к самоконтролю; перевести педагогическую систему на самообучение воспитанников.

1.2 Педагогический потенциал единоборств в формировании общекультурных компетенций обучающихся спортивных колледжей

Физическая культура и спорт во все времена были важной составляющей воспитания и телесного здоровья, и важнейших качеств личности, таких, как воля, социальная солидарность, психологическая устойчивость. Так, дидактическая модель древней Спарты подразумевала, что проявление физической силы и нестигаемости воли свидетельствуют о гармоничном и стабильном внутреннем мире человека – соответственно, эти же качества рассматривались и как важные социальные достоинства, которые давали и государству важные преимущества. В Средние века идеалы рыцарства так же основывались на единстве духовных и телесных характеристик человека, в сочетании с высокой культурой социальной ответственности. И сегодня, все образовательные модели подразумевают внимание к сфере развития и поддержания физического здоровья как часть системной работы над становлением человека как личности и гражданина.

Если говорить о современной подготовке специалистов-педагогов в области физической культуры и спорта, то здесь чрезвычайно важен системный подход как к изучению и отработке собственно физических технических навыков, так и к формированию способностей к саморазвитию, развитию воли, внимания, позитивной соревновательности, которые, будучи обогащенными общекультурными и профессиональными компетенциями, формируют облик

цельной личности, способной отвечать вызовам времени, спортивных ситуаций и задачам личностного роста.

Здесь большой потенциал показывает практика обучения единоборствам, которая позволяет гармонично и эффективно формировать общекультурные компетенции. По существу, это фундамент, на котором позже выстраиваются личные и социальные качества, столь востребованные и в спорте, и в общественной деятельности. В рамках занятий единоборствами спортсмены и будущие тренеры совершенствуют чрезвычайно важные личностные и профессиональные качества, которые впоследствии передаются новым поколениям воспитанников, создавая культурную и профессиональную преемственность.

Следует отметить, что боевые искусства с самых своих истоков ассоциировались с высокими качествами личности, такими, как сила воли, самоорганизации, исповедание четко сформулированных ценностей, справедливость, честность и т.д.

Москвин Н.Г. и Головин В.В. отмечают, что «в настоящее время большее значение приобретают философские и культурные основы, при которых приоритетным направлением в формировании физической культуры личности становится развитие интеллектуальных, нравственно-волевых качеств, мотивационно ценностных отношений, высокий уровень которых обеспечивает внутреннюю готовность человека к рациональным занятиям физическими упражнениями для укрепления здоровья и физического совершенствования. Одним из эффективных средств реализации этого подхода являются восточные боевые искусства, в которых представлен гармоничный сплав глубокой духовности и физического совершенства человека» [136. С. 177].

Исторически так сложилось, что система обучения боевым единоборствам ставила перед собой чрезвычайно высокие цели, главным итогом освоения единоборств должно было стать самосовершенствование, которое определялось строгими кодексами чести и морали. Речь шла не столько о победе над противником, не о демонстрации силы и превосходства, но – о победе над самим собой, о преодолении пороков и слабостей, об обретении «Пути». Уже позже, с

развитием социальных отношений все эти ценности нашли свое применение и в рамках спортивных состязаниях, хотя сам по себе принцип соперничества не является внутренней сущностью боевых искусств [23].

Методики обучения боевым искусствам традиционно опирались на два важнейших аспекта: личностный и собственно спортивный или боевой. Наставнику обучающегося было важно почувствовать и определить человеческие качества и предрасположенности ученика, оценить его стойкость, силу воли, упорство, душевные качества – и, уже через это постижение, уже направить его к постижению «Пути» [185].

Н.А. Каштанов подчеркивает, что любое боевое искусство – это важная духовная сфера человеческой деятельности. Помимо очевидной практической пользы, «оно ведет учеников к вершине самосовершенствования, познания собственного духа, нравственного очищения и ко многим другим вершинам. Оно воспитывает чувство достоинства, умение преодолевать минутную слабость, помогает терпеливо добиваться поставленной цели, формировать мировоззрение человека, управлять волей и эмоциями, концентрировать силу, становится путем жизни» [80].

И сегодня, в рамках действующих спортивных школ единоборств, по-прежнему важны принципы, отражающие духовную и этическую специфику боевых искусств. Воспитание нравственности является значительной частью общепедагогической задачи по формированию гармонично развитой, общественно активной личности. В учебно-тренировочном процессе находит свое отражение воспитание таких социально значимых нравственных норм, как патриотизм, товарищество, гуманизм, дисциплинированность, честность, смелость, сознательное отношение к труду, критическое отношение к себе и стремление к самосовершенствованию. И сама по себе спортивная этика включает в себя соблюдение спортсменом правил соревнований и норм нравственности по отношению к тренировкам и соревнованиям, к себе и другим людям.

Собственно, сами по себе методики формирования физических навыков, также неизбежно затрагивают важнейшие качества личности. Современный

спортсмен в ходе физической деятельности демонстрирует чрезвычайно разнообразный функционал, который довольно серьезно изучен в теоретической литературе. И этот потенциал следует рассматривать не только как спортивный ресурс, но и как ресурс формирования личных и профессиональных качеств.

Рассмотрим спортивные качества человека и их возможное преломление в качестве общекультурных компетенций.

Ценностный компонент единоборств соответствует мотивационно-целевому компоненту общекультурных компетенций. Кодекс чести спортсмена-единоборца, стремление к сохранению личного достоинства, уважение к другому человеку, признание этических правил основой общения являются базисом развития личных качеств и отвечают кодексу чести будущего тренера-преподавателя.

В процессе занятий единоборствами, у спортсменов формируются способности к ориентировочно-прогностические, диагностические, конструктивно-проектировочные навыки, необходимые для выполнения технико-тактических задач. Эти способности коррелируют с задачами будущего тренера-педагога по планированию и реализации личной и профессиональной деятельности.

Так называемая **ориентировочно-прогностическая функция** заключается в умении спортсмена определить конкретную цель, содержание двигательных действий при выполнении определенных технико-тактических задач, предвидеть их результаты. Эта функция реализуется на основе знания уровня собственной подготовленности, тактико-технических характеристик, собственных и соперника, специфики соревновательной деятельности. Прогностичность двигательной компетентности спортсмена предполагает наличие у него совокупности умений учитывать не только оперативную информацию, но и предвидеть результаты своей деятельности и деятельности соперника.

Основная сложность прогнозирования заключается в необходимости учета ряда сложных условий и факторов будущего развития событий, ход которых не всегда можно научно проанализировать и логически упорядочить. Более того, соперник будет стараться всячески способствовать алогичному развитию событий.

В своем «общекультурном» ракурсе эта функция коррелирует с такими качествами, как способность «выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам» (ОК-1). В этом же ракурсе будет иметь важное значение и *диагностическая функция*.

Диагностическая функция связана с изучением всех условий и факторов, влияющих на ход выполнения технико-тактических задач. Реализация этой функции происходит во время тщательного оценивания и сравнения всех условий и факторов, влияющих на ход выполнения технико-тактических задачи, так как любая незначительная ошибка может привести к неэффективному действию, непосредственно или косвенно повлиять на общий результат поединка. В связи с этим диагностическая функция приобретает особое значение и важность.

Конструктивно-проектировочная функция предполагает постоянное совершенствование спортсменом различных сторон подготовленности и спортивного мастерства, в целом. Так, стремясь максимально сократить время, уменьшить количество ошибок и увеличить при этом точность, спортсмены, на основании имеющихся данных постоянно стремятся найти простое и эффективное решение. В процессе приобретения навыков реализация этой функции требует от него образно-конкретного практического мышления, инициативности, творчества, высокого уровня знаний и опыта. Стимулирующими факторами являются: неопределенность, лимит времени и ресурсов, высокий уровень ответственности.

Организационная функция заключается в умении организовывать выполнение запланированных мероприятий, мобилизовать собственные усилия на достижение поставленных целей. Умение разрабатывать простые планы, упрощать, а не усложнять ситуацию является, по мнению Дж. Равена, признаком не интеллектуальной слабости, а интеллектуальной силы и компетентности мышления [219]. Соответственно, необходимость постановки и структурирования иерархии целей, планирования действий и решений является одной из характеристик двигательной компетенции спортсмена. Методически обоснованный порядок выполнения двигательной задачи является продуктом сложного мыслительного процесса, который зависит от способности спортсмена

разрабатывать различные варианты решения, легкости и быстроты их создания, наличия альтернативных вариантов выполнения технико-тактических задач, возможности их адаптации к различным условиям соревновательной обстановки.

От качества планирования выполнения технико-тактических действий зависит успешная реализация практической функции, которая предполагает наличие у спортсмена практических навыков и умений, методик и технологий, в совокупности называемых спортивной техникой.

В спектре общекультурных компетенций, конструктивно-проектировочная и организационная функции будут активно задействованы в таких видах деятельности, как «планирование и реализация личной профессиональной и предпринимательской деятельности в профессиональной сфере» (ОК-1,2,3 и др.).

Содержание аналитически-оценочной функция в практической деятельности спортсмена заключается в анализе собственных действий и действий соперника в ходе выполнения технико-тактических задач, выявлении преимуществ и недостатков, сравнении полученных результатов с запланированными. Спортсмен обеспечивает таким образом обратную связь в своей деятельности, то есть своевременно определяет конкретные результаты тренировочной и соревновательной деятельности и вносит необходимые коррективы и уточнения.

Несомненно, эта функция активно задействуется и в формировании общекультурных компетенций, требующих анализа, критического мышления, владения современными информационными технологиями, правовыми знаниями (ОК-2,3,5,9).

Помимо развития функционала спортсмена, в процессе освоения единоборств, трансформируются также личные качества и навыки обучающегося. Воспитываются и укрепляются свойства личности, которые позволяют человеку быть более устойчивым в кризисных ситуациях, развивается реакция, вариативность действий.

Иногда можно говорить и о повышении **уровня креативности** личности, её способности к творчеству. Современные методики обучения единоборствам подчеркивают важное значение этого качества: высокий уровень креативности

будет залогом выработки нестандартных решений, которые обеспечат эффект внезапности и новизны, чем повысят эффективность выполнения технико-тактических задач. Профиль мышления, отображающий преобладающие способы обработки информации и уровень креативности, является важнейшей индивидуальной характеристикой человека, определяющей его стиль деятельности, склонности, интересы и профессиональную направленность [25].

Одной из важных интегральных характеристик самосознания, с которой связывают чувство ответственности, готовность к активности и переживание «я», **локус контроля** – понятие, характеризующее субъективное восприятие локализации причин поведения или руководящего начала у себя или других (введено американским психологом Дж. Роттером). Локус контроля оценивают по шкале интернальности – экстернальности от высокоинтернального к высокоэкстернального. Экстернальным является внешний локус контроля, что соответствует поиску причин поведения вне, среди окружения. Склонность к внешнему локусу контроля проявляется наряду с такими чертами, как неуверенность в своих способностях, неуравновешенность, стремление отложить реализацию намерений на неопределенный срок, тревожность, подозрительность, конформность и агрессивность. В случае невозможности влиять на ход событий лица с внешним локусом контроля преимущественно беспомощны и имеют пониженную поисковую активность, в отличие от лиц с внутренним локусом контроля-интерналами.

Люди с внутренним локусом контроля более уверены в себе, последовательны и настойчивы в достижении поставленной цели, склонны к самоанализу, уравновешены, общительны, доброжелательны и независимы. Внутренний локус контроля является социально одобрительной ценностью, идеальному «я» приписывают внутренний локус контроля. Лица с внутренним локусом контроля чаще достигают творческих и профессиональных успехов.

Локус контроля определяет не реальность контроля внешними или внутренними причинами, а лишь субъективное его восприятие. Локус контроля

является устойчивым свойством индивиду, которое формируется во время его социализации.

Важным интегральным качеством личности является ее **стрессоустойчивость**, в связи с тем, что стресс в спорте можно определить, как основной водитель профессиональной деятельности, обеспечивающий её успешность или приводящий к неудачам, соответственно, сформированный навык его преодоления представляет собой важнейшую компетенцию спортсмена в любом виде спорта.

Стрессоустойчивость человека – умение преодолевать трудности, подавлять свои эмоции, проявляя выдержку и такт. Стрессоустойчивость определяется совокупностью личностных качеств, позволяющих человеку переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки, обусловленные особенностями профессиональной деятельности, без особых вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья.

Стрессоустойчивость является интегральным качеством личности, основой успешного социального взаимодействия человека, характеризующееся эмоциональной стабильностью, низким уровнем тревожности, высоким уровнем саморегуляции, психологической готовностью к стрессу, это совокупность индивидуальных психологических свойств, выступающих в качестве базовых психологических механизмов коррекции стрессовых состояний.

В ракурсе общекультурных компетенций перед нами открывается важнейший аспект, позволяющий формировать разного рода социальные навыки.

Наконец, одной из ведущих ментальных способностей спортсмена является **коммуникативность**, или **коммуникативные способности**.

Успешное и стратегически правильное взаимодействие спортсмена с тренером, членами команды и соперниками является важной составляющей процесса психологической подготовки к соревнованиям. Существенную роль при этом играет его способность к коммуникации, что позволяет не только полноценно общаться в тренировочных условиях, но и быстро и эффективно воспринимать и передавать необходимую информацию в сложных игровых ситуациях, а также

использовать специальные психологические навыки: наблюдательность, внимание, интерпретацию действий соперника по внешним признакам (поведением, реакциями и т. п.) [57; 107; 144].

Данная характеристика является стержневой, поскольку в значительной мере предопределяет особенности поведения спортсмена с партнерами по команде и соперниками, его характер и отношение к окружающим. Коммуникативная толерантность является одной из базовых психологических характеристик спортсмена, поскольку с ней согласуются и функционируют во взаимосвязи иные качества личности (нравственные, характерологические, интеллектуальные и др.).

Современные исследования когнитивных функций у спортсменов в единоборствах позволяют оценить качество системы восприятия и переработки информации, а также способность спортсмена в условиях поединка адекватно воспринимать информацию о положении соперника и его действиях, а также оперативно реагировать на изменяющиеся условия поединка, выполняя технические действия, соответствующие сложившейся тактической ситуации, так как все эти операции осуществляются в процессе развертывания психофизиологических функций.

Структура спортивных единоборств характеризуется синхронизацией между восприятием и переработкой внешней информации с моторным реализацией в ходе поединка. Визуальная обработка информации, которая включает в себя обнаружение, последующее распознавание стимула и правильный выбор двигательной реакции с программированием движения, является важным фактором, влияющим на выполнение технико-тактического действия, влияющего на исход поединка в самбо. Этому предшествует визуальный поиск информации (точнее, движение глаз), который позволяет соответствующим образом распознавать ситуацию в окружающей среде. Этот процесс визуального восприятия с последующей обработкой информации, приводит к предвосхищению того, что, вероятно, произойдет (предвосхищение события – антиципация). Предвосхищению способствует использование предварительных визуальных сигналов (язык тела противника), которые приобретаются в результате спортивной

практики. Для эффективного восприятия информации, ее анализа и принятия решения относительно соответствующего реагирования на действия соперника, необходимо активировать когнитивные функции, такие как вербальный и невербальный интеллект, память.

В описании взаимосвязи показателей двигательной подготовленности и когнитивных функций юношей, занимающихся самбо, становится очевидным то, что увеличение концентрации внимания является одним из главных предикторов повышения специальной работоспособности обучающихся. Координация сложных движений тела в боевом самбо и адаптация к постоянно меняющимся условиям в ходе поединка поддерживают когнитивный контроль и снижают автоматическое поведение спортсменов.

Усовершенствование кортикальной сети в этой области улучшает компоненты исполнительных способностей подростков: скорость и точность обработки, использование стратегии, рабочую память и торможение реакции. Поскольку исполнительные функции классифицируются как когнитивные способности высшего порядка, наши результаты указывают на положительное влияние регулярной физической активности, в частности, самбо, действующей через увеличение выработки нейротрофинов, синаптогенез и ангиогенез. В частности, боевое самбо предполагает применение упражнений в когнитивно-вовлеченном контексте (оперативное продумывание собственных технико-тактических действий, предугадывание действий соперника) и включает в себя сложные движения, которые регулируются префронтальной нейронной сетью.

Особенности поединка в боевом самбо требуют высокой когнитивной вовлеченности спортсмена и требует вовлечения в соответствующую тактическую задачу, смещение фокуса действий на обработку, обновление информации, мониторинг мысленных представлений и подавление нерелевантных реакций. Более того, боевое самбо стимулирует стратегическое и целенаправленное поведение при столкновении с постоянно меняющимися ситуациями и движениями.

Можно констатировать, что занятие боевым самбо может влиять на когнитивное и личностное развитие обучающихся несколькими путями:

- 1) нейрофизиологическими, вызывая изменения в структуре мозга;
- 2) контекстуальными, создавая «обогащенную среду»;
- 3) социальными, создавая возможности социального взаимодействия, сотрудничества с другими людьми, совместного досуга;
- 4) мотивационными - за счет повышения самооценки и самосознания.

Подготовка спортсменов, занимающихся единоборствами, основывается на определенных принципах обучения и направлено на развитие структурных компонентов: ценностно-мотивационного (отражает ценностное отношение к занятиям избранным видом спорта, потребности, мотивы и мотивацию, интерес к учебно-тренировочной и соревновательной деятельности); когнитивного (направлен на развитие значимых познавательных способностей); эмоционально-волевого (выполнения специальных задач на фоне усталости, умение самостоятельно регулировать собственные психические процессы, улучшать эмоционально-волевою саморегуляцию); операционно-деятельностного (выполнение упражнений с отработкой задач, связанных с восприятием, практическим мышлением, умением запоминать, внимательностью, оперативностью практического мышления); субъектного (осознание необходимости развивать собственные познавательные процессы в сопряжении с формированием двигательных действий и физических способностей, способность к объективной самооценке и саморефлексии по их развитию, высокий уровень стрессоустойчивости).

Все эти личностные качества и результаты, достигнутые в процессе освоения единоборств, одновременно составляют и фундамент для развития общекультурных компетенций. Поэтому необходимо заключить, что выявленный потенциал единоборств в данном аспекте может активно использоваться в образовательном процессе в системе СПО спортивных профилей подготовки.

Современные инновационные педагогические технологии преподавания спортивных дисциплин также направлены на развитие когнитивных способностей

[37, 25]. Большинство авторов сюда включают такие их составляющие как интуиция, интеллект, память, аналитические способности, логическое и образное мышление, логическую культуру. Л.С. Выготский убедительно показывает, что уровень логической культуры определяется многими факторами и, в частности, таким, как врожденный потенциал [31]. Решающая роль отводится и окружающей социальной среде, которая имеет постоянное влияние на человека и формирует его логико-операционные умения. Этот процесс развивается на протяжении всей жизни человека, который воспитывается в определенной атмосфере, формирующей соответствующие взгляды, убеждения, логическое мышление и логическую культуру.

В этом смысле спортивная тренировка предполагает также развитие когнитивной деятельности обучающихся, которые находятся в постоянном контакте с другими участниками процесса физического совершенствования, с членами спортивного коллектива, игроками своей команды и команды соперника. Под влиянием занятий физическими упражнениями и спортом особенно интенсивно развивается такой вид мышления как оперативный, вплетенный непосредственно в их деятельность, обучение, занятия физическими упражнениями, играми. То есть в этих условиях мышление носит деятельностный характер, так как связано с действиями в их моторном, практическом смысле [125, 131].

Р. Петров, болгарский специалист по спортивной борьбе, высказывает свое мнение о том, что для правильного проведения учебно-воспитательного процесса необходимо с логико-алгоритмических позиций составлять алгоритмы обучения [244]. Здесь особенно эффективны методы моделирования, программирования и проблемного обучения. Автор также отмечает, что творческий характер решений, принимаемых теми, кто занимается единоборствами, вызван нестереотипностью проблемных ситуаций в борьбе. Предварительно отработанные алгоритмы действий борца при проведении схватки недостаточны и это повышает роль эвристического компонента в структуре решений.

Алгоритмическая и эвристическая активность взаимосвязаны и взаимозависимы. Поэтому раскрытие алгоритмов тактико-технических комбинаций и комплексов является эвристической функцией, а их моделируемое усвоение и адекватная реализация являются одновременно алгоритмической и эвристической деятельностью. Таким образом, упражнения в единоборствах разносторонне развивают личность юношей и подтверждают необходимость применения технологии программируемого обучения во время обучения техническим действиям.

Использование инновационных технологий физического воспитания согласно принципам, которые имеют аналоги в педагогической технологии Л. В. Занкова [64], в первую очередь, обусловлено процессами акселерации среди молодежи, которые способствуют ускорению процесса восприятия ими информации, необходимость которого связана с общим ускоренным темпом подачи информации в современном обществе. Слишком низкий темп представления информации тренерами создает чувство скуки среди подростков, уменьшает их заинтересованность предметом изучения.

Теория развивающего обучения Л. В. Занкова основана на выявлении объективных педагогических закономерностей в соотношении обучения и развития. Выявление этих закономерностей способствует поиску путей обучения, которые приводят к оптимальному общему развитию. Руководствуясь общими методологическими положениями, Л. В. Занков разработал принципы такого обучения, которое обеспечивает оптимально возможное развитие воспитанников. Исходной и ведущей идеей, положенной Л. В. Занковым в основу обучения, является поиск путей и методов обучения, которые были бы наиболее эффективными для общего развития воспитанника. Под общим развитием Л. В. Занков понимал развитие способностей и для их определения использовал следующие показатели: развитие наблюдательности (связанное с развитием восприятия); развитие мышления (абстрактное мышление); развитие практических действий, умений создавать некоторый материальный объект (уровень развития

практических действий, связанных с важными сторонами восприятия и мышления) [64. С. 255-270].

В модели формирования общекультурных компетенций средствами единоборств этот аспект будет важен при формировании и оценивании сформированности содержательно-когнитивного и результативно-оценочных компонентов общекультурных компетенций.

Механизмы интеграции различных видов деятельности должны опираться на взаимодействие системы физического развития и воспитания с другими видами образовательной деятельности, что позволяет повышать степень освоения обучающимися различных разделов учебной программы, т.е. повышает качество образовательного процесса. В этом смысле, интеграция двигательной и познавательной деятельности в процессе физкультурно-спортивной деятельности выгодно отличается от других видов занятий, когда интеллектуальная деятельность протекает на фоне угнетения моторики.

Существенной особенностью такого рода занятий является значительное увеличение времени на решение когнитивных и деятельностных задач без дополнительных организованных форм занятий и, следовательно, без превышения общих затрат времени на освоение учебной программы.

Л.И. Костюнина и Т.Г. Котова [90, 92] обращают внимание на то, что инновационные технологии преподавания спортивных дисциплин опираются на новое осмысление принципов социальной жизни личности в контексте привлечения соответствующих средств спортивной тренировки.

Здесь важно подчеркнуть, что все алгоритмы, призванные обеспечить подготовку спортсмена, успешно овладевшим навыками единоборств тесно переплетаются с формированием качеств личности, которые также являются фундаментом для формирования общекультурных компетенций.

Перед нами – взаимодействие физиологических, психологических, педагогических факторов [134, 163]. В случае работы по формированию и оцениванию сформированности общекультурных компетенций в рамках развития физических навыков, эти факторы так же будут важны, поскольку познавательные

способности составляют ядро ценностно-мотивационных когнитивных, рефлексивных и операционных (деятельностных) компонентов общекультурных компетенций.

К психологическим факторам активизации познавательной деятельности в процессе занятий физическими упражнениями относятся: формирование высокого интереса и мотивации, эмоционально-чувственная окраска занятий, учёт возрастных особенностей психического развития обучающегося и формирования его познавательных процессов.

И, наконец, собственно педагогические факторы – это проектирование интегрированной деятельности в соответствии с целью и задачами педагогического процесса, осуществление интеграции разных видов деятельности. И здесь общекультурные компетенции имеют ключевое значение. Как уже упоминалось, процесс образования есть, в первую очередь, передача культурной ситуации в коммуникации между педагогом и обучающимся. В спортивной отрасли будущий педагог, не освоивший в полной мере общекультурные компетенции, не сможет стать полноценным профессиональным наставником, поскольку речь идет о необходимости формирования сложного комплекса личных и профессиональных качеств обучающихся, объединенных важными личностными характеристиками (что и отражено как в федеральных образовательных стандартах, так и в профстандартах в отрасли физической культуры и спорта).

Таким образом, целенаправленное, сопряженное использование средств физического воспитания может повысить результативность показателей как когнитивного развития обучающихся, так и их физического развития, физической и функциональной подготовленности. В качестве системных эффектов физического воспитания через освоение философии и практики единоборств, можно обнаружить и механизмы успешного формирования компонентов общекультурных компетенций, что обусловлено единством и взаимосвязью мотивационно-целевых, содержательно-когнитивный, операционно-технологических и результативно-оценочных аспектов в самой модели освоения единоборств.

Все указанные аспекты позволяют подойти к формулированию модели формирования общекультурных компетенций в процессе освоения физической и педагогической деятельности – через формирование метапредметных навыков – не только в рамках изучения общетеоретических дисциплин общекультурного цикла, но и в комплексе социальных взаимодействий, которые выстраиваются и во внеучебной деятельности, и в организации и сопровождении спортивно-массовых мероприятий.

Соответственно, потенциал занятий единоборствами позволяет содействовать комплексному развитию ресурсов организма, психики и личности обучающихся как фактора, обеспечивающего повышение эффективности всех видов профессиональной и социальной деятельности. В социальных аспектах освоения единоборств (сотрудничество, повышение адаптации к любым видам социального и профессионального взаимодействия, развитие готовности к проявлению гуманистических ценностей и пр.) создается фундамент для актуализации и реализации творческого потенциала обучающихся СПО спортивного профиля; развиваются также познавательные способности, которые способствуют более успешному овладению общекультурными компетенциями.

Важно отметить, что в рамках образовательных программ подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 – Физическая культура, формирование общекультурных компетенций предусмотрено практически всеми компонентами: это и социально-гуманитарный цикл, и общепрофессиональный цикл, и профессиональный цикл. Как уже было продемонстрировано, физическая культура как отрасль деятельности позволяет использовать межпредметные связи, а также возможности формирования метапредметных компетенций и навыков, которые через посредство физической деятельности связывают важнейшие способности личности с навыками профессионального спектра. И здесь важно подчеркнуть, что разработка организационно-методических основ интеграции двигательной и познавательной деятельности, личностного и профессионального становления и развития, будет основана как на общих закономерностях психомоторного развития организма, возрастной специфике психологического

становления молодых людей, обучающихся в СПО, так и через создании системы, обладающей «синергийными» эффектами, позволяющими отвечать задачам личностного и профессионального развития обучающихся.

Вместе с тем, серьезный потенциал в этой сфере показывает и внеучебная деятельность, которая традиционно занимает важное место в жизни обучающихся СПО. Отдельного внимания заслуживает формирование общекультурных компетенций в системе дополнительного образования. Эта тема до сих пор является малоизученной, поскольку основное внимание специалистов обычно привлечено к собственно учебному процессу и тому, как освоение дисциплин социогуманитарного и общепрофессионального циклов оказывают влияние на личностные характеристики обучающихся.

Говоря о внеучебной деятельности и, в частности, сфере дополнительного образования (в рамках спортивного клуба, например), можно говорить о том, что многоаспектная деятельность и обучающегося, и тренера-педагога, позволяет формировать и проверять все виды общекультурных компетенций, перечисленных в ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура. Именно в деятельности спортивного клуба обучающиеся учатся «выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам» (ОК-1), «использовать современные информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности» (ОК-2), «планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях» (ОК-3) и пр. Соревнования, спортивные сборы, культурно-массовые мероприятия позволяют всем участникам процесса проявить свои личностные и профессиональные качества, развить новые навыки, от интеллектуальных до управленческих. Работа в команде, освоение навыка устной и письменной коммуникации (ОК-4,5,9), выявление нравственной и гражданской позиции (ОК-6,7,8) именно в клубной жизни происходит естественно и носит системный характер.

Можно сказать, что именно сфера дополнительного образования становится важным эффективным фактором развития общекультурных компетенций. Учитывая, что культура как «человекосозидающий фактор» является фундаментом для построения «прикладных» навыков и способностей человека, можно заключить, что здесь в полной мере раскрываются инструменты «антропно-деятельностных технологий» [20]. Речь идет о том, что активное участие в «социокультурных действиях» формирует устойчивые алгоритмы способов действия в ходе выработки и принятия решений. Это, по существу – рефлексивная работа человека над самим собой, выстраивание своего личного и профессионального облика.

1.3 Обоснование авторской модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами

Педагогические условия реализации модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами

Изучение научной литературы по теории и методике физического воспитания, физиологии, педагогики и психологии, дало возможность выявить и обосновать потенциал занятий единоборствами обучающимися СПО спортивных профилей подготовки в отношении формирования общекультурных компетенций.

Это позволило разработать и научно обосновать модель формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами, основанную на принципах системно-деятельностного, компетентностного, лично-ориентированного и ресурсного подходов, как методологических основах проектирования содержания среднего профессионального образования.

На основании модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами была

разработана программа занятий по единоборствам в организациях СПО спортивного профиля, интегрирующая содержание учебных и внеучебных занятий физической активностью обучающимися, а также иную организационную и коммуникативную деятельность обучающихся в условиях спортивного клуба.

Отдельное внимание в разработке модели и в её экспериментальной реализации, было уделено особенностям методики обучения приемам самбо, общей и специальной физической подготовке в данном виде спорта.

В основании модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами в рамках дополнительного спортивного образования использовались следующие подходы:

- личностно-ориентированный подход;
- компетентностный подход;
- контекстный подход;
- синергетический подход;
- полисубъектный подход;
- ресурсный подход в образовании.

Личностно-ориентированный подход базируется на внимании к личности обучающегося, его самооценности. Индивидуальный опыт согласовывается с содержанием образования. Этот подход предусматривает вариативность ценностно-содержательного компонента в соответствии с личной траекторией обучающегося.

Компетентностный подход направлен на подготовку специалистов, готовых к профессиональной деятельности в современных изменяющихся реалиях. Такой подход дает возможность повысить востребованность образования, достичь необходимого уровня подготовки специалистов.

Концепция *контекстного обучения* позволяет осознанно отбирать методы обучения, соответствующие целям образования и его содержанию. Контекстный подход как базовый в обучении специалиста нового типа дает теоретическое обоснование, которое способствует развитию субъектности и реализуется через активные методы.

Синергетический подход определил успешность формирования общекультурных компетенций в рамках спортивной подготовки в условиях интеграции учебного, и внеучебного времени. Поскольку личностные качества формируются в системе сложных взаимодействий – межличностных, социокультурных, метапредметных, авторская модель формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами опирается на технологии программируемого обучения, которые чрезвычайно важны в физическом воспитании и спортивной тренировке.

Ресурсный подход основан на принципе соответствия поставленных задач имеющимся и необходимым ресурсам, что подразумевает программируемое обучение алгоритмического типа. При этом, при коррекции ошибок и закреплении двигательных навыков, используется также *полиэвристический подход* к обучению [236].

В рамках *полисубъектного подхода* осуществляется воспитание позитивного отношения к занятиям физическими упражнениями и спортом, при этом быстрому усвоению учебного материала способствует оптимальное применение элементов соревновательного и игрового методов в форме круговой тренировки, а также занятия в парах на основе межличностных взаимоотношений учащихся.

Единство перечисленных подходов проявляется в выработанных алгоритмах построения тренировочной деятельности, учитывающей компоненты общекультурных компетенций, подлежащих формированию, что подразумевает личностно-ориентированным, контекстным, компетентностным подходами.

В таблице 3 представлена моделируемая связь между выявленными компонентами общекультурных компетенций и содержанием и методами их освоения в процессе освоения единоборств.

Таблица 3 – Модель формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами

Общекультурные компетенции	Компонент общекультурной компетенции	Метод обучения	Содержание обучения
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;	содержательно-когнитивный, операционально-технологический	Комплексный метод тренировки, общефизическая подготовка, словесные, наглядные, практические, репродуктивный, частично-поисковый методы подготовки	Моделирование ситуаций профессиональной деятельности на тренировках и способы их разрешения. Моделирование соревновательной ситуации.
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;	содержательно-когнитивный, операционально-технологический	1 поиск информации 2 обучение анализу информации 3 обучение применению информации	Систематизация знаний о спортивных тренировках, о комплексном состоянии спортсмена, о его состоянии к соревновательной деятельности. Поиск, анализ и воспроизведение информации о разных формах тренировочного процесса

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие; предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;	мотивационно-целевой, операционально-технологический	Спортивная аналитика, разбор поединков спортсменов ВСМ, проектные (кейсовые) задания	Моделирование ситуаций профессиональной деятельности на тренировках и способы их разрешения. Моделирование соревновательной ситуации.
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;	мотивационно-целевой, результативно-оценочный	Спортивная аналитика, разбор поединков спортсменов ВСМ, проектные (кейсовые) задания	Систематические тренировки, направленные на выявления различных сторон личностного и коллективного развития
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	содержательно-когнитивный, операционально-технологический	1 поиск информации 2 обучение анализу информации 3 обучение применению информации	Теоретические занятия, интерактивные задания

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	содержательно-когнитивный, операционально-технологический, результативно-оценочный	Философия вида спорта, проектные (кейсовые) задания	Моделирование ситуаций профессиональной деятельности.
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	содержательно-когнитивный, операционально-технологический, результативно-оценочный	1 поиск информации 2 обучение анализу информации 3 обучение применению информации	Теоретические занятия, интерактивные задания
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе	содержательно-когнитивный, операционально-технологический, результативно-оценочный	Комплексный метод тренировки, общефизическая подготовка, словесные,	Систематические тренировки, направленные на выявления различных сторон личностного и

профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;		наглядные, практические, репродуктивный, частично-поисковый методы подготовки	коллективного развития
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	содержательно-когнитивный, операционально-технологический	проектные (кейсовые) задания	Теоретические занятия, интерактивные задания

В таблице 4 отражены этапы формирования общекультурных компетенций и формы текущего контроля.

Таблица 4 – Этапы формирования общекультурных компетенций и формы текущего контроля

Код и наименование компетенции	Этапы формирования компетенции	Текущий контроль сформированности компетенции
ОК 01. Способен легко ориентироваться в моделях и алгоритмах решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;	Когнитивный	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3
	Операционный	Анкетирование (саморефлексия), Анализ поединков
	Деятельностный	Кейс-задание 1
ОК 02. Использует широкий набор современных средств поиска, анализа и интерпретации	Когнитивный	Кейс-задание 1. Представление и защита коллективного проекта
	Операционный	Тестирование; Письменное задание

информации и информационных технологий для выполнения задач профессиональной деятельности;	Деятельностный	Представление и защита коллективного проекта
ОК 03. Способен находить четкие и нестандартные модели планирования и реализации профессионального и личностного развития; понимает специфику предпринимательской деятельности в профессиональной сфере, готов использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;	Когнитивный	Тестирование, Письменное задание
	Операционный	Участие в общественных проектах
	Деятельностный	Разработка и защита персонального или коллективного проекта
ОК 04. Способен эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;	Когнитивный	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3
	Операционный	Анкетирование (саморефлексия), Анализ поединков
	Деятельностный	Участие в общественных проектах
ОК 05. Осуществляет устную и письменную	Когнитивный	Кейс-задание 1. Представление и защита коллективного

коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с детальным пониманием особенностей социального и культурного контекста;		проекта
	Операционный	Тестирование; Письменное задание
	Деятельностный	Представление и защита коллективного проекта
ОК 06. Осознанно проявляет гражданско-патриотическую позицию, убежденно демонстрирует осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, способен осознанно применять стандарты антикоррупционного поведения;	Когнитивный	Разработка и защита персонального или коллективного проекта
	Операционный	Участие в общественных проектах
	Деятельностный	Тестирование, Письменное задание
ОК 07. Готов осознанно содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	Когнитивный	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3
	Операционный	Анкетирование (саморефлексия), Анализ поединков
	Деятельностный	Кейс-задание 1

ОК 08. Способен использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности и обосновать выбор средств и получаемые результаты;	Когнитивный	Кейс-задание 1. Представление и защита коллективного проекта
	Операционный	Тестирование; Письменное задание
	Деятельностный	Представление и защита коллективного проекта
ОК 09. Имеет продвинутые навыки использования профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	Когнитивный	Разработка и защита персонального или коллективного проекта
	Операционный	Участие в общественных проектах
	Деятельностный	Письменный анализ поединка и обсуждение по группам

Для оценки уровня сформированности общекультурных компетенций использовалась таблица 5.

Таблица 5 – Уровни сформированности общекультурных компетенций

Общекультурные компетенции		
Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень
ОК 01. Способен легко ориентироваться в моделях и алгоритмах решения задач	ОК 01. Способен ориентироваться в моделях и алгоритмах решения задач профессиональной	ОК 01. С трудом ориентируется в моделях и алгоритмах решения задач профессиональной

профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;	деятельности, применительно к различным контекстам;	деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02. Использует широкий набор современных средств поиска, анализа и интерпретации информации и информационных технологий для выполнения задач профессиональной деятельности;	ОК 02. Использует современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационных технологий для выполнения задач профессиональной деятельности;	ОК 02. Использует небольшой набор современных средств поиска, анализа и интерпретации информации и информационных технологий для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03. Способен находить четкие и нестандартные модели планирования и реализации профессионального и личностного развития; понимает специфику предпринимательской деятельности в профессиональной сфере, готов использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;	ОК 03. Способен найти и обосновать модели планирования и реализации профессионального и личностного развития; понимает специфику предпринимательской деятельности в профессиональной сфере, готов использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;	ОК 03. Способен повторять модели планирования и реализации профессионального и личностного развития; понимает общие принципы предпринимательской деятельности в профессиональной сфере, готов использовать фрагментарные знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;
ОК 04. Способен эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и	ОК 04. Способен эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и	ОК 04. Способен взаимодействовать и работать в коллективе и команде при постоянном

команде;	команде;	контроле и мотивации;
ОК 05. Осуществляет устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с детальным пониманием особенностей социального и культурного контекста;	ОК 05. Осуществляет устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с общим пониманием особенностей социального и культурного контекста;	ОК 05. Осуществляет устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации, не всегда — с полным пониманием особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06. Осознанно проявляет гражданско-патриотическую позицию, убежденно демонстрирует осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, способен осознанно применять стандарты антикоррупционного поведения;	ОК 06. Проявляет гражданско-патриотическую позицию, демонстрирует осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, способен осознанно применять стандарты антикоррупционного поведения;	ОК 06. Готов проявлять отдельные признаки гражданско-патриотической позиции и демонстрировать основы уважительного поведения на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, способен понимать стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07. Готов осознанно содействовать сохранению	ОК 07. Готов содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению,	ОК 07. Готов содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению,

окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	принципы бережливого производства, действовать под руководством в чрезвычайных ситуациях;
ОК 08. Способен использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности и обосновать выбор средств и получаемые результаты;	ОК 08. Способен использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности и объяснить основы своей мотивации и деятельности;	ОК 08. Способен использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности, но не готов к рефлексии своей деятельности;
ОК 09. Имеет продвинутые навыки использования профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	ОК 09. Имеет навыки использования профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	ОК 09. Имеет достаточные навыки использования профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

Ключевым педагогическим условием эффективности реализации представленной модели является интеграция учебной и внеучебной деятельности. Сфера дополнительного спортивного образования рассматривается как ресурс,

позволяющий задействовать высокую мотивацию обучающихся к освоению спортивной деятельности.

Авторская модель подразумевает сопряженное использование средств физического воспитания со средствами развития познавательной сферы при формировании общекультурных компетенций у обучающихся СПО и опирается на следующие системообразующие блоки:

Целево-методологический блок, который содержит цель и задачи сопряженного формирования общекультурных компетенций, формирования двигательных действий и развития познавательных процессов.

Основой для определения цели является направленность на развитие значимых для вида спорта качеств и способностей. Их развитие должно основываться на современном соревновательном опыте с учетом требований основных методологических подходов к сопряженному формированию познавательных способностей и двигательных действий в самбо – системного, компетентностного, контекстного и субъектно-деятельностного.

В ходе моделирования субъектно-деятельностной модели сопряженного формирования общекультурных компетенций, двигательных действий и развития познавательных процессов в процессе занятий единоборствами, **системный подход** ориентирует на раскрытие целостности объекта и механизмов взаимосвязи между ними, предусматривающий определение структурно-функциональных блоков (целево-методологического, содержательного, субъектного, организационно-процессуального, диагностирующего) и их закономерных связей и взаимодействий, основных составляющих (целей, содержания, методов, форм, средств, критериев оценки и ее результата).

Компетентностный подход заключается в четкой направленности развития двигательных действий, познавательных способностей и общекультурных компетенций обучающихся СПО, занимающихся единоборствами, сосредоточенности на выходных результатах решения педагогической проблемы – развития способностей выполнять практические задачи, которые ставятся перед

спортсменов в процессе тренировочной и соревновательной деятельности с помощью полученных и усвоенных теоретических знаний и практических умений.

Здесь важным является **контекстный подход**, который заключается в последовательном контекстном моделировании содержания соревновательной деятельности в учебно-тренировочном процессе.

Субъектно-деятельностный подход побуждает субъектов обучения – тренеров и спортсменов – к самостоятельности, автономности и ответственности за результаты деятельности, поскольку в педагогической науке этот подход заключается в двойной направленности: с позиции педагога и с позиции учащегося как субъектов деятельности. Их субъектность проявляется в осознании и восприятии целей, содержания, методов, средств и результатов деятельности, способности быть творческим субъектом педагогической и учебной деятельности. Для обеспечения эффективности сопряженного формирования двигательных действий, познавательных способностей и общекультурных компетенций обучающихся необходимо, чтобы особенности построения и организации учебно-тренировочной деятельности соответствовали их ценностно-мотивационной сфере. С развитием мотивации у субъекта повышаются творческая активность и интеллектуальные возможности, усиливается познавательная активность.

Во время моделирования формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами мы применяли следующие принципы:

- научности (использование современных достижений в педагогике, психологии, спортивной тренировки, воспитании);
- системности (прослеживание всех признаков системы – логики формированием двигательных действий и процессов развития познавательных способностей в их взаимосвязи с формированием общекультурных компетенций),
- комплексности (определение форм организации обучения, видов учебно-тренировочных занятий, методов и средств для каждого компонента познавательных способностей);

- последовательности (логического размещения элементов решения педагогической проблемы для последовательного усвоения учебного материала);
- динамичности (постепенного воздействия на приобретение знаний по различным аспектам спортивной подготовки и увеличения объема нагрузок во время выполнения специальных упражнений);
- прикладной и субъектной направленности (осознание целей учебно-тренировочной деятельности и своевременного адекватного реагирования на развитие познавательных и двигательных способностей);
- контекстности и непосредственной связи с соревновательной и организационной деятельностью в области физической культуры и спорта (моделирование соревновательной, управленческой, организационной деятельности).

Содержательный блок. Во время моделирования смыслового блока учитывались следующие требования:

- обеспечение содержательного единства физической, когнитивной и общекультурной подготовки обучающихся с учетом реальных возможностей образовательного процесса;
- обеспечение практической направленности развития физических и познавательных способностей обучающихся с учетом требований избранного вида спорта;
- обеспечение единства обучения, воспитания, развития и психолого-педагогической подготовки обучающихся;
- использование возможностей системы оценки сформированности двигательных действий, познавательных способностей и общекультурных компетенций как инструментов самооценки и рефлексии обучающихся.

Организационно-процессуальный блок является одной из главных составляющих модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами. При его разработке учтена необходимость обеспечения обратной связи между субъектами учебного процесса – педагогом (тренером) и обучающимся. На завершающем этапе активно

используется моделирование соревновательной, экспертной, педагогической организационной деятельности с целью проверки сформированности двигательных навыков, познавательных способностей и общекультурных компетенций обучающихся.

Диагностический блок включает в себя систему оценивания сформированности двигательных действий, познавательных способностей и общекультурных компетенций. Диагностический блок содержит следующие критерии и показатели: мотивационный (мотивация к сопряженному формированию познавательных способностей и двигательных действий); когнитивный (оценка познавательных способностей); эмоционально-волевой (эмоциональное состояние, волевая подготовленность); операционно-деятельностный (физическая, техническая и тактическая подготовленность в избранном виде спорта, креативность); субъектный (самооценка и общая интернальность по развитию познавательных способностей, стрессоустойчивость, коммуникативная толерантность). На основании полученных результатов возможна корректировка задач, содержания, форм, методов и средств формирования интегральной подготовленности обучающихся.

Структурные блоки авторской модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами и основные принципы применения методологических подходов отражены в таблице 6.

Таблица 6 – Структура модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами

Педагогические условия: - расширение спектра социальных ролей, выполняемых обучающимися на занятиях единоборствами; - активное включение обучающихся в систему организации спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий с применением единоборств; - применение проектной деятельности и интерактивных форм работы во время спортивных - расширение методического обеспечения тренеров-педагогов по	⇒	Целево-методологический блок	
		Цель - использование средств физического воспитания при формировании общекультурных компетенций обучающихся СПО спортивного профиля в условиях занятий единоборствами	
		Методологические подходы: системный, компетентностный, контекстный, субъектно-деятельностный	Принципы: научности, системности, комплектности и последовательности, динамичности, прикладной и субъектной направленности
	⇒	Задачи: 1) Развитие деятельностного компонента (физическая, технико-тактическая, соревновательная подготовленность, креативность); 2) Развитие когнитивного компонента (познавательные функции); 3) Развитие эмоционально-волевого компонента; 4) Развитие ценностно-мотивационного компонента; 5) Развитие субъектного компонента (локус контроля, стрессоустойчивость, коммуникативность) 6) Развитие ценностных, когнитивных и деятельностных компонентов общекультурных компетенций в процессе освоения единоборств.	
		Содержательный блок	
		1) обеспечение содержательного единства физической, когнитивной и общекультурной подготовки обучающихся с учетом реальных возможностей образовательного процесса;	

проблематике формирования общекультурных компетенций.	2) обеспечение практической направленности развития физических и познавательных способностей обучающихся с учетом требований избранного вида спорта; 3) обеспечение единства обучения, воспитания, развития и психолого-педагогической подготовки обучающихся; 4) использование возможностей системы оценки общекультурных компетенций как инструментов самооценки и рефлексии обучающихся.		
	Организационно-процессуальный блок		
	Этапы формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами		
	⇓	⇓	⇓
	Мотивационно-знанийевый	Развивающий	Завершающий
	⇒ Формы организации обучения: учебно-тренировочные занятия, соревновательная деятельность, индивидуальная и групповая; под руководством тренера и самостоятельная	Методы: методы физической, технико-тактической, психолого-педагогической подготовки; тренинги, кейс-задания	Средства: моделирование соревновательной, экспертной, педагогической организационной деятельности
	⇑	⇑	⇑
	Технология преподавания единоборств, направленная на формирование общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами		

	⇒	Диагностический блок		
		Критерии оценивания эффективности процесса обучения (формирования общекультурных компетенций)		
		↓	↓	↓
		Ценностно- Мотивационный	Когнитивный	Деятельностый
		Эмоционально- волевой	Субъектный	
		↓		
		Результат – формирование общекультурных компетенций в единстве с совершенствованием двигательных действий и развитием личностных характеристик обучающихся		

Содержание модели преподавания единоборств, направленной на формирование общекультурных компетенций отражает интеграцию «микротехнологий» обучения двигательным действиям и развития познавательных способностей в «макротехнологию», включающую в себя формирование общекультурных компетенций (Рис. 1).

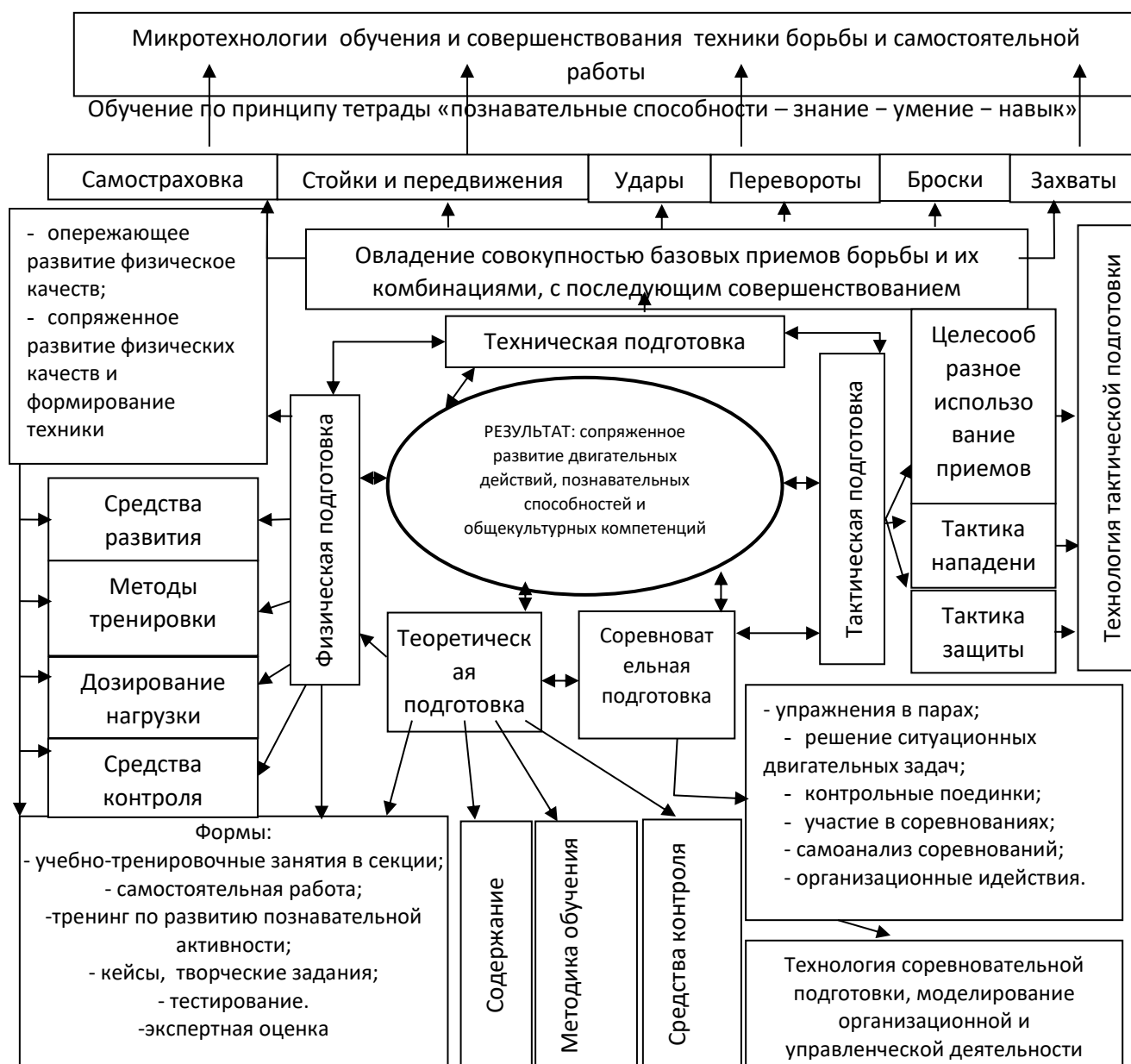


Рисунок 1 – Технология преподавания единоборств, направленная на сопряженное формирование двигательных действий, познавательных способностей и общекультурных компетенций

Для реализации модели использовались технологии сопряженного формирования двигательных действий, познавательных способностей и общекультурных компетенций. Задания, направленные на формирование двигательных действий и познавательных способностей, имели своей целью воздействовать также на формирование общекультурных компетенций.

1. Методики обучения двигательным действиям:

- репродуктивный метод, который предполагает воспроизведение спортсменами действий, которые показал и объяснил тренер;
- проблемное обучение заключалась в том, что перед обучающимися ставились познавательные задачи, однако их условия не подсказывали способы решения, а прошлый опыт обучающегося не содержал ни одной готовой схемы решения, которое можно было бы применить в конкретном случае. Таким образом, обучающимся приходилось самостоятельно (но под контролем тренера) искать и находить пути и способы решения поставленной задачи. Указанная методика предусматривала создание тренером проблемных ситуаций, стимулирующих самостоятельную познавательную активность.

Репродуктивный метод сочетался с проблемным обучением (репродуктивно-проблемный и проблемно-репродуктивный варианты). Репродуктивно-проблемный вариант обучения предполагал такую организацию учебного процесса, при которой тренер, используя объяснение и показ, давал задание воспроизвести движение, а затем, по мере возникновения ошибок и неточностей при его выполнении, он создавал проблемные ситуации, во время которых спортсмены находили способ устранения ошибок.

Проблемно-репродуктивный вариант обучения предусматривал действия тренера, направленные на сообщение спортсменам минимума информации о способе выполнения изучаемого движения и создания условий самостоятельного решения поставленной задачи в ходе создаваемых проблемных ситуаций.

После неоднократных попыток самостоятельно найти правильное решение учебной задачи, не дожидаясь, когда это произойдет, тренер вновь объяснял задачу с максимальной выкладкой информации о способе ее выполнения. В дальнейшем

все ошибки и неточности в действиях спортсменов корректировались самим тренером, использовавшим непосредственный показ, инструкции и повторное объяснение.

В реализации программы учтена необходимость плавного перехода от репродуктивного метода обучения, являющегося традиционным, к поисковым (непривычным).

В авторской технологии преподавания единоборств, направленной на формирование общекультурных компетенций, предусматривается, что каждое педагогическое действие, направленное на формирование двигательных действий, сопряженно используется для формирования познавательных способностей и общекультурных компетенций.

Переход от репродуктивного метода к проблемному обучению обеспечивает не только развитие способностей к самоконтролю, саморефлексии, но – фактически обеспечивает «первичное» формирование ряда общекультурных компетенций, связанных с необходимостью ориентироваться в моделях и алгоритмах решения задач профессиональной деятельности, определяться в планировании и реализации профессионального и личностного развития, развитии коммуникативных способностей и навыков командного взаимодействия (ОК-1,3,4,9).

2. Методики обучения познавательным способностям:

Метод проблемного обучения и метод взаимообучения.

Использование в обучении методов, активизирующих познавательную деятельность подростков, выдвигает свои требования к организации учебного процесса. Практика применения метода взаимообучения показала, что подростки испытывают затруднение при первичном знакомстве с этой методикой.

Каждое занятие с использованием методов, активизирующих познавательную деятельность обучающихся, требует от тренера тщательной подготовки. Метод взаимообучения в основном очевиден: один самбист выполняет движение, а другой его контролирует, указывает ошибки и вместе они ищут способы их устранения. Суть проблемного обучения состоит в создании таких

ситуаций, в которых самбист просто не может оставаться в стороне от решения поставленных задач.

Указанные методики могут использоваться для формирования и оценки общекультурных компетенций, связанных с планированием и реализацией задач профессионального и личностного развития (ОК 1, 3) и взаимодействием и работой в команде (ОК-4).

В целях контроля сформированности двигательных навыков, познавательных способностей и общекультурных компетенций указанного спектра, рекомендуется применение специальных кейс-заданий, моделирующих соревновательные ситуации и ситуации экспертных оценок. Кейсовые задания №2. («Педагогическое наблюдение» (моделирование соревновательной ситуации) и №3 («Экспертный анализ поединка» (моделирование экспертной деятельности)³.

По мере формирования двигательного умения, целесообразно усложнять проблемные ситуации, вводя в процесс формирования техники отдельных движений элементы неожиданных заданий, требующих моментального принятия решения.

Проблемное обучение и взаимообучение, выполняя задачи качества повышения двигательных действий и познавательных способностей, одновременно позволяет не только закладывать основы общекультурных компетенций, но и формировать продвинутый уровень их освоения.

Выводы по главе 1

В условиях современности, когда на сферу образования возлагаются важные задачи социокультурного характера, формирование общекультурных компетенций становится важнейшей составляющей профессиональной подготовки обучающихся. Учреждения СПО, готовящие педагогов-тренеров в сфере физической культуры и спорта, испытывают потребность в формулировании и внедрении новейших педагогических практик, позволяющих полноценно

³ См. Приложение 1.

выполнять поставленные перед педагогами СПО задачи, отвечая на вызовы современности, в том числе такие, как интенсификация образовательного процесса (снижение количества контактных часов, увеличение доли самостоятельной работы обучающихся и т.д.).

В подготовке специалистов – выпускников системы СПО формирование общекультурных компетенций становится базовым принципом, позволяющим выстраивать методологическое и содержательное взаимодействие элементов обучения навыкам физической активности и освоения общекультурных навыков в интересах личностного и профессионального роста.

Что не менее важно, именно в сфере физической культуры и спорта, наравне с формированием качеств личности, способной к психологической гибкости и устойчивости, активно формируются наиболее важные социальные навыки: стремление к взаимопомощи, умение работать в коллективе, честность и открытость в коммуникациях.

Сфера физической культуры и спорта неразрывно связана с социальными действиями: от тренировочного процесса до соревнований и торжественных мероприятий, спортсмены и тренеры находятся в самом центре многоаспектной и подчас – сложной организационной, управленческой и педагогической работы. Эти личные и профессиональные качества не могут быть разделены в рамках персональной деятельности, тем более это невозможно и в образовательном процессе. При этом в рамках системы СПО возникает возможность реализации в единой связке знакомства обучающихся с алгоритмами физической деятельности с одновременным освоением принципов педагогической методологии. Обучающиеся СПО могут выступать одновременно и как учащиеся, и как педагогистажи. Это важно с двух ракурсов зрения: во-первых, в образовательном процессе возникает возможность усвоения и одновременной апробации общекультурных компетенций; во-вторых, обучающиеся максимально рано приобщаются к профессиональной деятельности, что в современной ситуации является чрезвычайно важным для выпускников этого уровня образования.

Таким образом, можно заключить, что наиболее эффективным в формировании общекультурных компетенций в рамках системы СПО спортивного профиля будет использование потенциала боевых искусств.

И здесь возможности дополнительного образования позволяют компенсировать отмеченное имеющееся в современной системе СПО рассогласование между задачами формирования общекультурных и профессиональных компетенций в учебной и внеучебной деятельности. При этом, для методологической и педагогической завершенности указанной модели, необходимо формирование системы проверки сформированности общекультурных компетенций. Учитывая, что выпускник СПО готовится к освоению профессии «тренер-педагог», наибольшую эффективность здесь будут иметь педагогические и управленческие задачи и кейсы, позволяющие объединить процессы образования и оценки результатов.

Также следует добавить, что важнейший аспект формирования личных и профессиональных качеств спортсмена и будущего тренера-преподавателя заключается в необходимости системы проверки сформированности качеств и компетенций.

Являясь активным проявлением личности в деятельности, поведении, компетенция характеризуется готовностью субъекта к ее реализации в определенных условиях, как возможность реализации освоенных личностью профессиональных компетенций. В этом смысле, «сформированность компетенции невозможно оценить в статичном состоянии, ее уровень и вообще наличие проявляются в профессиональной деятельности, иными словами, в структуре профессиональной компетенции следует рассматривать ее функциональные компоненты» [40. С. 13]. Соответственно, диагностика (проверка сформированности компетенции) будет занимать важную часть предлагаемой модели, демонстрируя методологические возможности через применение системных педагогических подходов.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ АВТОРСКОЙ МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОГО КОЛЛЕДЖА В УСЛОВИЯХ ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ

2.1 Методы и организация исследования

Апробация модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами проводилась в процессе реализации трех этапов.

На первом этапе (2022 гг.) было определено направление исследования, общая характеристика основных понятий, проблема, объект и предмет исследования, были конкретизированы цель и задачи, подобраны соответствующие методы исследования. На этом этапе был проведен анализ литературных источников по вопросам, связанным с проблематикой общекультурных компетенций, факторов, влияющих на их формирование в процессе освоения единоборств обучающимися СПО в условиях дополнительного спортивного образования.

Изучение научной литературы по теории и методике физического воспитания, физиологии, педагогики и психологии, дало возможность выявить и обосновать потенциал занятий единоборствами обучающимися СПО спортивных профилей подготовки в отношении формирования общекультурных компетенций.

Это позволило разработать и научно обосновать модель формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами, основанную на принципах системно-деятельностного, компетентностного, лично-ориентированного и ресурсного подходов, как методологических основах проектирования содержания среднего профессионального образования.

Отдельное внимание в разработке модели и в её экспериментальной реализации, было уделено особенностям методики обучения приемам самбо, общей и специальной физической подготовке в данном виде спорта.

На основе анализа и обобщения литературных источников были определены объект, предмет, сформулированы цель и задачи исследования, разработана структура экспериментального исследования.

Для уточнения данных, полученных вследствие анкетирования, было применено педагогическое наблюдение в процессе проведения тренировочных занятий и организации и проведения спортивных мероприятий. Проведен констатирующий этап педагогического эксперимента.

На втором этапе исследования (2022 - 2023 гг.) был проведен формирующий педагогический эксперимент. Были сформированы две группы: контрольная и экспериментальная. Комплектация групп предусматривала относительно равноценное распределение обучающихся по уровню физической и функциональной подготовленности. Продолжительность основного эксперимента - 9 месяцев. За это время было проведено 96 тренировочных занятий (по 288 часов в каждой группе).

На третьем этапе (2023-2024 гг.) были проанализированы и интерпретированы полученные данные, проведена их математическая обработка, сформулированы частные и общие выводы, написана и оформлена диссертационная работа, осуществлялась подготовка к официальной защите.

Эксперимент проводился на базе Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования города Москвы «Московский государственный университет спорта и туризма» (Институт среднего профессионального образования).

В исследовании были задействованы обучающиеся 1-2 годов обучения по направлениям подготовки 49.02.01 – Физическая культура, квалификация: педагог по физической культуре и спорту, форма обучения – очная.

Эксперимент осуществлялся в рамках дополнительной спортивной подготовки обучающихся (деятельность студенческого спортивного клубы). Были сформированы две группы (контрольная и экспериментальная), обе включали по 30 участников.

Объективность составляющих эксперимента определялась следующими критериями:

- однородность состава групп в соответствии с возрастом обучающихся (1-2 годы обучения);
- принадлежность участников контрольной и экспериментальной групп общим направлениям подготовки;
- единство организационных и педагогических условий (коммуникативная и образовательная среда, материально-техническая база и пр.);
- общий целевой вектор эксперимента.

Педагогические условия эксперимента:

- педагогическое моделирование формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа;
- разработка авторской технологии преподавания единоборств в условиях дополнительного спортивного образования;
- определение критериев и показателей оценивания уровня развития познавательных способностей и сформированности общекультурных компетенций;
- применение активных и интерактивных методов обучения, моделирования соревновательных заданий в учебно-тренировочном процессе.

Образовательно-организационные условия эксперимента:

- образовательный процесс согласно ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура;
- обеспечение практической направленности развития двигательных действий, познавательных способностей и общекультурных компетенций обучающихся с учетом требований избранного вида спорта;

- обеспечение единства обучения, воспитания, развития и психолого-педагогической подготовки обучающихся.

В эксперимент были включены студенты СПО, начинающие изучать единоборства. Было проведено первичное тестирование уровня физической, технико-тактической, соревновательной подготовленности обучающихся, определения уровня сформированности общекультурных компетенций участников эксперимента на основе разработанных или модифицированных нами методик, а также методы психолого-педагогического тестирования.

Методы и методики проведения эмпирического исследования

Для достижения цели и решения поставленных задач диссертационного исследования были использованы следующие *методы исследования*:

- 1) Теоретический анализ и обобщение научных и методических источников;
- 2) Педагогическое наблюдение;
- 3) Методы психолого-педагогического тестирования;
- 4) Анализ видеоматериалов соревновательной деятельности;
- 5) Экспертная оценка;
- 6) Функциональные методы исследования;
- 7) Исследование ценностно-мотивационной и эмоционально-волевой сферы обучающихся;
- 8) Оценка сформированности общекультурных компетенций обучающихся;
- 9) Педагогический эксперимент;
- 10) Методы математической статистики.

Педагогическое наблюдение

Для установления отношения обучающихся СПО спортивного профиля к изучаемому материалу (единоборства), к методическим особенностям занятий, реакций и поведения обучающихся в различных ситуациях, проводились педагогические наблюдения. Применение видеосъемки способствовало более качественному проведению педагогических наблюдений. Педагогическое наблюдение также проводилось с целью определения направления исследования и

оценки организации занятий обучающихся во время проведения всего эксперимента.

В процессе наблюдений анализировалась структура, содержание и методика проведения занятий, средства, методы, режимы работы, дозировка физических упражнений. Осуществлялся сравнительный анализ эффективности влияния занятий по боевому самбо по разным технологиям на успешность овладения техникой вида спорта. Наблюдение характеризуется как «открытое» (поскольку исследуемые знали, что за ними проводится наблюдение), «непрерывное» (соответствовало продолжительности всего педагогического эксперимента) и «включенное» (поскольку исследователь был участником педагогического процесса).

Методы психолого-педагогического тестирования

Для изучения влияния занятий единоборствами с использованием экспериментальной технологии преподавания, на формирование общекультурных компетенций обучающихся СПО, использовалось исследование личностных характеристик, до и после эксперимента.

Исследование ценностно-мотивационной и эмоционально-волевой сферы обучающихся

Исследование проводилось с использованием специально подобранных методов психологии: анкетирование, тестирование, наблюдение, бесед, сбор и обобщение независимых характеристик.

Тест Рокича использовался для определения базовых ценностных векторов. Этот тест коррелировался с другими методиками, в комплексе позволяя оценить не только личностные характеристики обучающихся, но и сформированность ценностно-мотивационного компонента общекультурных компетенций. В применении теста Рокича был сделан акцент на изучение терминальных ценностей,

поскольку в рамках общекультурной компетентности обучающихся чрезвычайно важна именно целевая направленность.

Полученная в результате исследования индивидуальная иерархия ценностей может быть разделена на три равные группы:

- предпочитаемые ценности, значимые (ранги с 1 по 6);
- индифферентные, безразличные (7-12);
- отвергаемые, незначимые (13-18 ранг иерархии).

Полученные для каждой из ценностей данные, были отражены в диаграммах на Рис. 3 и 6 (С. 97, 114)

Для изучения сформированности ценностно-мотивационного компонента общекультурных компетенций также использовались:

- **опросник В. Гербачевского «Оценка уровня притязаний»** [69]. Опросник содержит 42 вопроса. Обучающиеся в процессе работы с опросником читают по очереди каждое из приведенных в бланке высказываний и решают, в какой степени они согласны с ним. В зависимости от этого юные спортсмены обводят кружком на правой стороне бланка одну из следующих цифр: если полностью согласны – +3; если согласны – +2; если скорее согласны, чем не согласны – +1; если вы совершенно не согласны – -3; если не согласны – -2; если скорее согласны, чем согласны – -1; наконец, если вы не можете ни согласиться с высказыванием, ни отвергнуть его – 0.

Обработка данных предполагает преобразование ответов в баллы по правилу прямого перевода, или обратного. Баллы подсчитываются по каждому из 15 компонентов мотивационной структуры с помощью специального ключа.

Также использовался **опросник А. Реана «Мотивация успеха и боязни неудач»** [47]. Опросник содержит 20 вопросов, за каждое совпадение ответа с ключом испытуемому начисляется 1 балл. Затем подсчитывается общее количество баллов. Если количество набранных баллов от 1 до 7, то диагностируется мотивация на неудачу (страх неудачи). Если количество набранных баллов от 14 до 20, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех). Если количество

набранных баллов от 8 до 13, то следует считать, что мотивационный полюс ярко не выражен. При этом можно считать, что если количество баллов 8, 9, тогда существует определенная тенденция к мотивации на неудачу, а при количестве баллов 12, 13 – на успех.

Анкетирование проводилось по специально разработанным анкетам, которые предполагали определение сформированности волевой подготовки, а также исследования мотивационного состояния, самооценки уровня физической подготовки и психологической устойчивости самбистов. Анкета разрабатывалась по методике, описанной Н.Н. Обозовым [56] и предназначена для общей характеристики обнаружения силы воли борцов.

При опросе на 15 вопросов из анкеты, можно ответить: «да» - 2 балла, «не знаю» или «бывает», «случается» - 1 балл, «нет» - 0 баллов. При ответе необходимо сразу отмечать баллы, долго не задумываясь том, что правильных или неправильных ответов не существует. Подсчет суммы набранных баллов: 0-12 – сила воли низкая; 13-21 – сила воли средняя; 22-30 – сила воли большая.

Для более полного и объективного исследования волевых характеристик самбистов мы не остановились на одной методике анкетирования.

Для выявления уровня волевой подготовки самбистов, было проведено анкетирование по специально разработанной нами анкете **«Анкета по выявлению уровня волевой подготовки самбистов»**. Цель анкеты-выявить психологические особенности деятельности обучающихся.

При ответе на вопрос выбирался один из вариантов, опираясь на личные ощущения и свой опыт.

Ответы на сложные, однозначные и состояли из трех вариантов: а) да; б) иногда; в) нет.

На приведенные 12 вопросов можно ответить: «ДА» - 2 балла, «иногда» - 1 балл, «Нет» - 0 баллов. При ответе необходимо сразу отмечать баллы, долго не задумываясь. Подсчет суммы набранных баллов: 0-10 – сила воли низкая; 11 – 17 – сила воли средняя; 18-24 – высокая сила воли.

Стресс-тест основан на оценке **способности преодоления препятствий к достижению цели предметной деятельности**. В основу теста положены скоростные психомоторные или когнитивные задания, которые выполняются в адаптивном темпе, что создает высокое операциональное и эмоциональное напряжение.

С помощью теста определялись показатели психоэмоциональной устойчивости:

- стрессоустойчивость – способность человека поддерживать уровень пропускной способности в условиях эмоциональной и информационной перегрузки, является основным показателем, определяется как отношение средней пропускной способности 3 фазы к аналогичному показателю 2 фазы, выражается в условных единицах;
- пропускная способность – число сигналов, переработанное в единицу времени, оценивается по результатам действий во 2 и 3 фазах, сигнал/мин;
- импульсивность – оценка параметра индивидуального деятельностного стиля. Биполярный показатель, с одной стороны импульсивность – доминирующая тенденция реагировать на внешнюю стимуляцию быстрыми и недостаточно подготовленными и точными ответами. С другой стороны, рефлексивность (рефлексивность) – менее быстрые, но тщательно подготовленные и дифференцированные действия. Рассчитывается по соотношению вероятностей разных типов ошибочных действий (преждевременные действия, ложные реакции, инверсии, пропуск), выражается в условных единицах.

Уровень развития **способности реализовывать конструктивные решения** определялся с помощью теста «Кубики Коосса». Используются девять деревянных кубиков, стороны которых окрашены в следующие цвета: 2 стороны – в красный, 2 – в белый, 2 – красно-белые (граница цвета по диагонали).

Схема тестирования: на столе перед испытуемым выкладывается карточка с одним из 10 рисунков-орнаментов. Испытуемому предлагается собрать из кубиков

орнамент по образцам в порядке возрастающей сложности: первые шесть – из четырех кубиков, остальные – из девяти.

Оценка зависит как от точности, так и от времени исполнения. За скорость выполнения каждого задания начисляется определенное количество баллов, затем подсчитывается их общая сумма.

Если испытуемый складывает орнамент за более короткое время, то это свидетельствует о высоком уровне развития конструктивного мышления (способности реализовывать конструктивные решения, перемещая предметы в пространстве руками), наглядно-образного мышления, способности выделять часть из целого и наоборот, хорошей пространственной ориентации.

Таблица 7 – Оценка результатов

ФИГУРЫ ИЗ 4-Х КУБИКОВ						
№ фигуры	контрольное время	0 очка	4 очка	5 очков	6 очков	7 очков
1	75 с	не собрал	21 -75 с	16-12 с	11-15 с	1-10 с
2	75 с	-				
3	75 с	-				
ИЗ 9-ТИ КУБИКОВ						
4	75 с	-	21 – 75 с	16-20 с	11-15 с	1-10 с
5	150 с	-	66-150 с	46-66 с	36-45 с	2-35 с
6	150 с	-	66-150 с	46-66 с	36-45 с	2-35 с
7	150 с	-	66-150 с	46-66 с	36-45 с	2-35 с

Анализ видеоматериалов соревновательной деятельности

Метод анализа видеоматериалов соревновательной деятельности использовался в нашем исследовании для регистрации и анализа технико-

тактических действий в соревновательных поединках высококвалифицированных самбистов с целью изучения характеристик соревновательной деятельности.

Для анализа соревновательной деятельности используют различные способы нотационной записи с помощью специальных символов, кроме того, существует следующий алгоритм ее исследования:

- 1) фиксирование действий спортсменов в поединках;
- 2) составление сводных протоколов поединков;
- 3) математическая обработка для определения конкретных показателей и характеристик;
- 4) анализ и интерпретация полученных результатов соревновательной деятельности.

Поскольку результат соревновательной деятельности в боевом самбо не имеет метрически измеряемых параметров и определяется количеством заработанных баллов или неспособностью одного из соперников продолжать бой, общепризнанным методом анализа соревновательной деятельности является видеозапись действий или наблюдение в естественных условиях [163]. Этот метод позволяет посредством нотационной записи фиксировать выполняемые спортсменом действия и наблюдать за ходом борьбы в процессе соревнований в целом.

Для изучения объема соревновательных действий анализ видеоматериалов проводился по следующим параметрам: исход соревновательных поединков в боевом самбо (количество побед по очкам и досрочно), длительность соревновательных поединков в боевом самбо, результативность (количество технических действий по баллам), длительность борьбы в стойке и в партере отдельно, разнообразие (количество технических действий различных классификационных групп) технических действий.

В ходе исследования показателей соревновательной деятельности нами регистрировались следующие параметры: количество оцененных бросков, количество попыток выполнения бросков, количество акцентированных атак в стойке и партере с использованием любых, разрешенных в боевом самбо,

технических действий на 1-й, со 2-й по 4-ю, и 5-й (включая дополнительное время) минутах поединка.

Определение показателей соревновательной деятельности проводилось в % по формулам:

1. Надежность бросковой техники:

$$R = \frac{N_{\text{б}}}{N_{\text{п}}} * 100,$$

где R – индекс надежности бросковой техники (%);

$N_{\text{б}}$ – количество выполненных бросков, оцененных судьями баллами (раз);

$N_{\text{п}}$ – количество попыток выполнения бросков (раз).

2. Активность самбиста в схватке:

$$A = \frac{N}{T},$$

где A – индекс активности самбиста в схватке;

N – количество атакующих действий (раз);

T – продолжительность регистрации атакующих действий (мин).

Видеоматериалы соревновательной деятельности самбистов для дальнейшего анализа просматривались в режиме замедленного воспроизведения и стоп-кадра.

Метод экспертных оценок

Метод экспертных оценок использовался для анализа соревновательной деятельности единоборцев и с целью определения уровня технико-тактической подготовленности юных спортсменов при выполнении технико-тактических действий. Экспертами были один судья высшей категории в числе 3-х. Техничко-тактическое мастерство оценивалось экспертами по 5-ти бальной шкале, представленной в табл. 7.

Таблица 8 – Критерии оценки технико-тактических действий в борцовских приемах спортсменов при выполнении технико-тактических действий

Баллы	Критерии оценки
5	Технико-тактическое действие выполняется четко, вместе, с максимальной нагрузкой и фиксацией в финальной фазе, полное удержание в течении 20 секунд
4	технико-тактическое действие выполняется с незначительными задержками, недостаточная плотность захвата, при выполнении приема и удержания в финальной фазе, полное удержание в течении 20 секунд
3	технико-тактическое действие выполняется со значительными задержками, срываются схватки при выполнении и при удержании соперника в финальной фазе, неполное удержание более 10 с, но менее 20 с
2	технико-тактическое действие выполняется медленно и неточно, без контроля соперника в финальной фазе
1	технико-тактическое действие выполняется медленно и неточно, с неполной нагрузкой движения, при разрыве захвата, без контроля соперника в финальной фазе, а также приводит к потере равновесия борца, который проводит прием

Оценка **атакующих технико-тактических ударных действий** в боевом самбо проводилась на основании следующих критериев:

1 балл – ударная техника выполнена с грубыми ошибками, осознанность действий низкая – тактические действия приводят к срыву собственной атаки или контратаки, алгоритм атаки нарушен, контратака не привела к срыву атаки противника;

2 балла – ударная техника с незначительными (негрубыми) ошибками; осознанность действий низкая – тактические действия приводят к срыву

собственной атаки или контратаки, алгоритм атаки нарушен, контратака не привела к срыву атаки противника;

3 балла – ударная техника с незначительными (негрубыми) ошибками; осознанность действий средняя – тактические действия с негрубыми ошибками, не приводящими к срыву собственной атаки или контратаки, алгоритм атаки нарушен, контратака не привела к срыву атаки противника;

4 баллов – ударная техника без ошибок или с негрубыми ошибками; владеет техникой и осознаёт свои действия полностью – тактические действия результативные, соблюден алгоритм атаки, контратака привела к срыву атаки противника или отражена контратака;

5 баллов – ударная техника без ошибок, действия логичные и осознанные – тактические действия результативные, соблюден алгоритм атаки, контратака привела к срыву атаки противника или отражена контратака.

Функциональные методы исследования

Среди всего многообразия функциональных методов исследования были выбраны два, в наибольшей степени отвечающие задачам исследования.

Для **оценки силы нервной системы**, как важного фактора индивидуализации процесса обучения применялись две методики, с целью получения наиболее достоверных результатов: оценка наклона кривой сенсомоторных реакций и психомоторный экспресс-тест Е.П. Ильина [45] в модификации В.П. Озерова [149].

Все испытуемые, участвовавшие в эксперименте, выразили согласие на участие в исследовании и были обследованы в лабораторных условиях с целью определения силы нервной системы относительно возбуждения. Для решения поставленной задачи использовались две методики, которые, на наш взгляд, наиболее объективны и доступны в практике деятельности специалистов в физическом воспитании и спорте.

Двигательная методика является наиболее распространенной и часто применяется в научных исследованиях многих авторов [56]. Она была

использована при работе на нейрохронометрии «Интеграл», сконструированном в научно-исследовательской лаборатории индивидуальных различий Казанского государственного университета [168].

В качестве объективного показателя проявления свойства силы нервной системы в отношении возбуждения был взят коэффициент, отражающий характер наклона кривой (ХНК). Эта характеристика вычисляется в виде отношения среднего латентного времени реакции на слабый раздражитель к среднему времени реакции на стимул максимальной интенсивности. Нами был использован звуковой вариант названной методики.

Раздражителем служил чистый тон в 1000 Гц и длительностью 200 м/с. Звук поступал в головные телефоны через аттенюатор. Минимальная интенсивность звука 40 Дц, максимальная – 120 Дц от звукового порога 0,0002 бара. Звука предшествовала предупредительная команда – вспышка лампочки в 2,5 В. Интервал между предупредительной командой и звуковым раздражителем составлял 8 с, а между отдельными измерениями – 6 с. По предварительному сигналу спортсмен нажимал на кнопку, а с началом основного сигнала – звука, отпускал ее. На каждой интенсивности звука производилось по 13 замеров времени реагирования. При обработке результатов обследования учитывалось время реакций в десяти последовательных измерениях: с 4-го по 13-й.

Для каждого испытуемого подсчитывается «градиент силы» (ХНК). Нормальное распределение экспериментальных данных в вариационном ряду дало возможность получить диагностическую шкалу для оценки силы нервной системы. Используя метод интервального оценивания, мы определили верхние и нижние границы интервала, в пределах которого находятся результаты испытуемых с сильной, средней и слабой нервной системой (в дальнейшем они будут называться «сильными», «средними» и «слабыми») из числа испытуемых, которые приняли участие в эксперименте. Интервалы представлены в табл. 8.

Таблица 9 – Диагностическая шкала оценки нервной системы обучающихся

$M-2\delta$	$M\pm 0,67\delta$	$M+2\delta$
0,90 – 1,10 «слабая»	1,11 – 1,33 «средняя»	1,34 – 1,52 «сильная»

Теппинг – тест. Оборудование: каждый испытуемый должен иметь стандартный лист бумаги (203x283 мм), в верхней части которого должны быть начерчены и пронумерованы 10 квадратов по пять в каждом ряду размером 20x20 мм удобную шариковую ручку или карандаш. У экспериментатора – секундомер или часы с секундной стрелкой.

Инструкция: по сигналу экспериментатора: «Внимание!.. Начали!» Вы должны начать проставлять точки в каждом квадрате ряда с 1 по 5 и с 6 по 10, выполняя вертикальные движения кистью с максимальной скоростью в течение 5 с в каждом квадрате.

Переход с одного квадрата на другой осуществляется по команде экспериментатора «Следующий» в соответствии с номером квадрата от 1 до 10. Все время работайте в максимальном для себя темпе. А сейчас возьмите удобно карандаш в более «ловкую» руку и потренируйтесь вне экспериментальных квадратов в быстроте проставления точек 2–3 с. Достаточно. Сделайте 2–3 глубоких вдоха и выдоха и настройтесь на выполнение теста в максимальном темпе. Экспериментатор подает команду: «Внимание!.. Начали!». По истечении 5 сек. Работы подает команду «Следующий», а по истечении 50 с – «Стоп».

Обработка результатов включает следующие процедуры.

1. Подсчитать количество точек в каждом квадрате.
2. Построить график работоспособности, для чего отложить на оси абсцисс десять 5-секундных промежутков времени, а на оси ординат – количество точек в каждом квадрате (масштаб измерений 1 см = 5 с = 5 дв./с).
3. Подсчитать величину среднего арифметического темпа в первой (X_1) и во второй части опыта (X_2), для этого просуммировать количество движений в первых

пяти и последних пяти квадратах, каждый раз деля полученное значение суммы на 5.

4. Полученные результаты подставляются в формулу силы нервной системы:
 $KCHC = X_1 - X_2$

Интерпретация результатов: если результат меньше 0, то это говорит о наличии у испытуемого сильной нервной системы, если разница меньше двух, то испытуемый обладает средней нервной системой, и, наконец, если результат больше двух, то Обучающийся обладает слабой (менее работоспособной) нервной системой.

Методика исследования уровня субъективного контроля (УСК) в модификации для подростков Разработана в НИИ им. Бехтерева. Данная экспериментально-психологическая методика позволяет сравнительно быстро и эффективно оценить сформированный у испытуемого уровень субъективного контроля над разнообразными жизненными ситуациями (приложение 5).

Для оценки **креативности** применялась методика Е.Е. Туник.

Оценка сформированности общекультурных компетенций у обучающихся в процессе освоения единого образовательного стандарта

Выделяют три основных уровня сформированности компетенций:

- 1) минимальный (пороговый), который уступает базовому по одному, нескольким или всем критериям и является промежуточным;
- 2) базовый, который планируется освоить к моменту завершения обучения по модулю, дисциплине или образовательной программе СПО в целом;
- 3) повышенный (продвинутый), превосходящий базовый по одному, нескольким или всем критериям.

Процесс оценивания уровня освоения компетенций обучающихся должен осуществляться с учетом определенных принципов:

- принципа социально-нормативной обусловленности, опирающегося на требования ФГОС СПО и требования профессионального стандарта;

- принципа научности, заключающегося в сборе информации с помощью научных форм, методов и средств;
- принципа непрерывности, целостности, преемственности, применяемого при оценке уровня сформированности общекультурных компетенций;
- принципа коммуникативности, подразумевающего общение субъектов учебного процесса на всех этапах оценки и анализа уровня сформированности компетенций;
- принципа оперативности, необходимого для принятия эффективного решения в вопросах управления учебным процессом на основе собранной и обработанной информации об уровне и динамике сформированности компетенций
- принципа информационной доступности всех участников учебного процесса к результатам оценки компетенций;
- принципа многоступенчатости мониторинга освоения компетенций, включающего оценку, самооценку студента, обсуждение результата и мероприятия, направленных на устранение выявленных недостатков;
- принципа единства технологии оценивания для всех обучающихся.

Оценка уровня сформированности отдельных компонентов компетенций подразумевает системный учет данных психолого-педагогического, функционального, коммуникативного тестирования в выбранных аспектах (мотивационно-целевой, рефлексивный, деятельностный и пр.). Поскольку сформированность компетенций обучающегося направлена не только на комплекс их знаний, умений, навыков, но и социально-личностных характеристик обучающихся, также входящих в состав компетенций, в процессе оценивания могут применяться методы социологических исследований (опрос, анкетирование и т.д.), опирающиеся на экспертную оценку, взаимооценку и самооценку личности. Следующая за этим обработка результатов, анализ собранной информации, ее интерпретация проводятся с использованием методов математической статистики и теории латентных переменных.

В качестве основных методов оценки общего уровня сформированности компетенций обучающихся рассматривались методы педагогического наблюдения, опросные методы, анализ результатов учебной и профессиональной деятельности, метод экспертных оценок и др. Наблюдение позволяет отслеживать изменение общекультурных компетенций в процессе обучения. Опросные методы основываются на анализе письменных и устных ответов обучающихся, проведении интерактивных дискуссий, практических заданий, участия обучающихся в организации и проведении спортивных мероприятий. Экспертная оценка осуществляется преподавателями, представителями работодателя, иными специалистами-экспертами. Кроме индивидуальных оценок, возможно применение групповых и взаимооценок обучающихся, когда они рецензируют, оппонируют проектные, исследовательские, курсовые, и дипломные работы друг друга.

Методы математической обработки результатов исследования

Методы математической статистики использовались для обработки и проверки достоверности полученных экспериментальных данных. Осуществлялось вычисление средних арифметических значений ($\bar{X}$), средних квадратичных отклонений (σ), средних ошибок отклонения (m), t -критерия значимости по Стьюденту (t).

Критерий Стьюдента в нашей работе использовался как параметрический для исследования разноразмерных выборок, подчиняющихся нормальному закону распределения (по абсолютным значениям их средних арифметических).

При избранной надежности $P=95\%$ для исследуемого объема выборки (n_1+n_2), в соответствии с таблицей Стьюдента, достоверными считались различия, не превышавшие 5-процентного уровня вероятности (p) при заданном числе степеней свободы.

Коэффициенты корреляции Пирсона проверялись на значимость относительно нуля с помощью двустороннего критерия на уровне $p=0,05$; $p=0,01$. Согласованность мнений экспертов оценивалась на основе применения

коэффициента конкордации Кендалла (W), который составил для оценки различных компонентов сформированности технико-тактических действий от 0,789 до 0,877, что характеризует согласованность, как высокую.

Обработка экспериментального материала осуществлялась на персональном компьютере IBM PC-Pentium-IV с помощью интегрированных статистических и графических пакетов, разработанных фирмами StatSoft, STGS (Manugistics), Microsoft USA - Excel, Statistika – 11.

Использовались руководства по статистике различных авторов [23, 24, 27], учитывались рекомендации авторов по корректности результатов экспериментального исследования в области физического воспитания и спорта [61].

2.2 Апробация модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами

Исследование в соответствии с поставленными задачами включало три этапа: констатирующий, формирующий, экспериментально-рефлексивный.

Констатирующий этап включал в себя выявление уровней сформированности компонентов общекультурных компетенций (мотивационно-целевой, содержательно-когнитивный (знаниевый), деятельностный рефлексивно-оценочный компоненты).

На констатирующем этапе на основе обобщения результатов анализа научно-методической литературы, образовательной практики и нормативных документов, были выявлены аспекты государственного заказа к разработке и реализации программ комплексного воспитания и развития обучающихся, компоненты готовности тренеров-преподавателей, значимые для этой деятельности. Были уточнены педагогические условия системы СПО, способствующие эффективной подготовке будущих тренеров-преподавателей к осуществлению комплексного воспитания и развития обучающихся, представлялись в форме теоретической модели. Проводилась опытно-экспериментальная работа, включающая

констатирующее исследование уровня и качественных характеристик сформированности готовности обучающихся (будущих тренеров-преподавателей) к организации и управлению этой деятельностью. Был определен исходный уровень интегральной подготовленности обучающихся: развитие деятельностного компонента (физическая, технико-тактическая, соревновательная подготовленность, креативность); когнитивного компонента (познавательные функции), эмоционально-волевого компонента; развитие ценностно-мотивационного и субъективного (локус контроля, стрессоустойчивость, коммуникативность) компонентов, степень освоения общекультурных компетенций (согласно перечню общекультурных компетенций).

По результатам констатирующего этапа эксперимента, теоретического анализа литературы и собственного педагогического опыта, была разработана авторская модель формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами. При этом технология преподавания единоборств является центральным звеном модели, ее содержательно-процессуальным компонентом. Использование двигательного и когнитивного потенциала, физического и духовно-нравственного развития на основе личностно ориентированного подхода, который «является стержнеобразующим фактором системы спортивной подготовки» [91] в этой модели является фундаментом, позволяющим формировать общекультурные компетенции.

Критерии, показатели и методики диагностирования, которые были использованы в ходе проведения исследования, приведены в табл. 9. В случае недостаточности приведенных инструментов тестирования для оценки сформированности общекультурных компетенций, используются дополнительные средства оценивания: кейс-задания, анкетирование и пр. (Приложение 1).

Таблица 10 – Системная диагностика подготовленности спортсмена в призме компонентов общекультурных компетенций

ОК-1: Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам Базовый уровень сформированности ОК: Способен ориентироваться в моделях и алгоритмах решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам			
Компоненты общекультурных компетенций	Показатели подготовленности спортсмена	Методики диагностики	Содержание компонента ОК в призме деятельности единоборца
мотивационно-целевой	Ценностные установки личности	Тест Рокича	Имеет личную мотивацию к саморазвитию и профессиональному и спортивному росту
	Волевая подготовленность спортсмена	Авторская анкета (на основе методики Н.Н. Обозова)	
содержательно-когнитивный	Познавательный мотив в структуре мотивации	Опросник В. К. Гербачевского	Знает модели и алгоритмы решения задач профессиональной деятельности
операционально-технологический	Способности реализовывать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Умеет применять модели и алгоритмы решения задач

			профессиональной деятельности
результативно-оценочный	Способность самооценки и саморефлексии	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Способен оценить эффективность моделей и алгоритмов решения задач профессиональной деятельности
ОК- 2: Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности Базовый уровень сформированности ОК: Использует современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационных технологий для выполнения задач профессиональной деятельности			
мотивационно-целевой	Ценностные установки личности	Тест Рокича	Стремится к использовать информацию для выполнения задач профессиональной деятельности
	Познавательный мотив в структуре мотивации	Опросник В. К. Гербачевского «Оценка уровня притязаний»	
содержательно-когнитивный	Локус контроля (интернальность - экстернальность)	Методика «Уровень локуса контроля»	Знает принципы анализа информации и источники информации
операционально-технологический	Креативность преодоления препятствий к достижению цели предметной деятельности	Тест креативности Е.Е Туник	Использует современные средства поиска, анализа и интерпретации информации

	Коммуникативные способности, коммуникативная толератность	Опросник В.В. Бойко «Коммуникативная толератность	и информационных технологий для выполнения задач профессиональной деятельности
результативно-оценочный	Способности реализовывать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Способен оценивать результаты поиска, анализа и интерпретации информации и информационных технологий
ОК-3: Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие; предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях Базовый уровень сформированности ОК: Способен найти и обосновать модели планирования и реализации профессионального и личностного развития; понимает специфику предпринимательской деятельности в профессиональной сфере, готов использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях			
мотивационно-целевой	Ценностные установки личности	Тест Рокича	Способен найти и обосновать модели планирования и реализации профессионального и личностного развития;
	Познавательный мотив в структуре мотивации	Опросник В. К. Гербачевского «Оценка уровня притязаний»	
	Волевая подготовленность спортсмена	Авторская анкета (на основе методики Н.Н. Обозова)	

содержательно-когнитивный	Локус контроля (интернальность - экстернальность)	Методика «Уровень локуса контроля»	понимает специфику предпринимательской деятельности в профессиональной сфере, имеет знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
операционально-технологический	Креативность преодоления препятствий к достижению цели предметной деятельности	Тест креативности Е.Е Туник	готов использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
	Стрессоустойчивость	Методика «Стресс-тест»	
	Коммуникативные способности, коммуникативная толератность	Опросник В.В. Бойко «Коммуникативная толератность	
результативно-оценочный	Способность самооценки и саморефлексии	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Способен найти и обосновать модели планирования и реализации профессионального и личностного развития

ОК- 4: Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде Базовый уровень сформированности ОК: Способен эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде			
мотивационно-целевой	Ценностные установки личности	Тест Рокича	Стремится эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
	Волевая подготовленность спортсмена	Авторская анкета (на основе методики Н.Н. Обозова)	
содержательно-когнитивный	Локус контроля (интернальность - экстернальность)	Методика «Уровень локуса контроля»	Способен эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
операционально-технологический	Креативность преодоления препятствий к достижению цели предметной деятельности	Тест креативности Е.Е Туник	Способен эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
	Стрессоустойчивость	Методика «Стресс-тест»	
	Коммуникативные способности, коммуникативная толератность	Опросник В.В. Бойко «Коммуникативная толератность»	

результативно-оценочный	Способности реализовывать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Способен оценить эффективность работы в коллективе и команде
ОК-5: Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста Базовый уровень сформированности ОК: Осуществляет устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с общим пониманием особенностей социального и культурного контекста			
мотивационно-целевой	Познавательный мотив в структуре мотивации	Опросник В. К. Гербачевского «Оценка уровня притязаний»	Имеет общее понимание особенностей социального и культурного контекста
содержательно-когнитивный	Способность самооценки и саморефлексии	Кейс-задания 1, 3	Имеет навыки устной и письменной коммуникации, общее понимание особенностей социального и культурного контекста
операционально-технологический	Коммуникативные способности, коммуникативная толератность	Опросник В.В. Бойко «Коммуникативная толератность	Имеет навыки устной и письменной коммуникации, общее понимание особенностей социального и культурного контекста
результативно-оценочный	Способность самооценки и саморефлексии	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задание 1	Способен оценивать уровни коммуникации, общее понимание особенностей

			социального и культурного контекста
ОК- 6: Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения Базовый уровень сформированности ОК: Проявляет гражданско-патриотическую позицию, демонстрирует осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения			
мотивационно-целевой	Ценностные установки личности	Тест Рокича	Демонстрирует осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений
содержательно-когнитивный	Познавательный мотив в структуре мотивации	Опросник В. К. Гербачевского	Знает основы гражданско-патриотического и антикоррупционного поведения
операционально-технологический	Способности реализовывать конструктивные решения	Тест креативности Е.Е Туник	демонстрирует осознанное поведение на основе

		Опросник В.В. Бойко «Коммуникативная толератность	традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений
результативно- оценочный	Способности реализовывать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Оценивает принципы гражданско- патриотического и антикоррупционного поведения
ОК- 7: Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях Базовый уровень сформированности ОК: Готов содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях			
мотивационно-целевой	Ценностные установки личности	Тест Рокича	Стремится содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
	Познавательный мотив в структуре мотивации	Опросник В. К. Гербачевского «Оценка уровня притязаний»	
	Волевая подготовленность спортсмена	Авторская анкета (на основе методики Н.Н. Обозова)	

содержательно-когнитивный	Способности реализовывать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задание 2	Знает основы сохранения окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективного поведения в чрезвычайных ситуациях
операционально-технологический	Креативность преодоления препятствий к достижению цели предметной деятельности	Тест креативности Е.Е Туник	Готов содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
	Стрессоустойчивость	Методика «Стресс-тест»	
	Коммуникативные способности, коммуникативная толератность	Опросник В.В. Бойко «Коммуникативная толератность	
результативно-оценочный	Способности оценивать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Готов содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК-8: Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Базовый уровень сформированности ОК:

мотивационно-целевой	Ценностные установки личности	Тест Рокича	Стремится использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности
	Познавательный мотив в структуре мотивации	Опросник В. К. Гербачевского «Оценка уровня притязаний»	
	Волевая подготовленность спортсмена	Авторская анкета (на основе методики Н.Н. Обозова)	
содержательно-когнитивный	Способности реализовывать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия)	Знает модели использования средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности
операционально-технологический	Креативность преодоления препятствий к достижению цели предметной деятельности	Тест креативности Е.Е Туник	Способен использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и
	Стрессоустойчивость	Методика «Стресс-тест»	

	Коммуникативные способности, коммуникативная толератность	Опросник В.В. Бойко «Коммуникативная толератность	поддержания необходимого уровня физической подготовленности и объяснить основы своей мотивации и деятельности
результативно-оценочный	Способности реализовывать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Способен использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности и объяснить основы своей мотивации и деятельности
ОК- 9: Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках Базовый уровень сформированности ОК: Имеет навыки использования профессиональной документацией на государственном и иностранном языках			
мотивационно-целевой	Ценностные установки личности	Тест Рокича	Имеет навыки использования профессиональной документацией на
	Познавательный мотив в структуре мотивации	Опросник В. К. Гербачевского «Оценка уровня притязаний»	

	Волевая подготовленность спортсмена	Авторская анкета (на основе методики Н.Н. Обозова)	государственном и иностранном языках
содержательно-когнитивный	Способность планировать и реализовывать конструктивные решения	Анкетирование (саморефлексия)	Имеет навыки использования профессиональной документацией на государственном и иностранном языках
операционально-технологический	Креативность преодоления препятствий к достижению цели предметной деятельности	Тест креативности Е.Е Туник	Имеет навыки использования профессиональной документацией на государственном и иностранном языках
	Коммуникативные способности, коммуникативная толератность	Опросник В.В. Бойко «Коммуникативная толератность»	
результативно-оценочный	Способности оценивать результаты решений и действий	Анкетирование (саморефлексия), Кейс-задания 2-3	Имеет навыки использования профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

Для проведения оценки уровня сформированности компетенций используются различные измерители или оценочные средства: компетентностные тесты, тесты практических умений, мини-кейсы, анкеты, структурированные интервью, опросники и др.

На констатирующем этапе был произведен анализ текущего состояния когнитивных, ценностно-мотивационных, волевых характеристик спортсменов, а также общий уровень сформированности общекультурных компетенций.

С целью индивидуализации процесса обучения спортсменов было проведено исследование силы нервной системы обучающихся, которая во многом определяет особенности проявления когнитивных процессов спортсменов и индивидуальных стиль процесса их обучения.

Наиболее простыми, доступными и достаточно объективным методом определения силы нервной системы является теппинг-тест. Также, с целью увеличения степени надежности полученных результатов нами был использован инструментальный метод определения индивидуально-типологических особенностей нервной системы спортсменов. Если показания обоих методик совпадают, то тип установлен верно, а если имеет место расхождение, то следует прибегнуть к педагогическому наблюдению за фенотипическими проявлениями силы нервной системы относительно возбуждения, использование которого даст необходимую информацию и позволит более точно определить тип нервной деятельности.

На рис. 2 представлено распределение спортсменов – участников констатирующего этапа эксперимента по типам нервной деятельности – силе нервной системы.



Рисунок 2 – Распределение участников констатирующего этапа эксперимента по силе нервной системы

Согласно данным рис. 2 и по мнению исследователей [161; 163], тип средней силы нервной системы является самым многочисленным и отличается от всех других тем, что проявляет устойчивость функционирования в изменяющихся условиях. Если учет типологических особенностей занимающихся представляется трудно исполнимым, то следует ориентироваться в обучении и тренировке на данную типологическую группу, и, по мере возможности, уделять внимание индивидуальной работе с «сильными» и «слабыми» типами, принимая во внимание специфику их деятельности.

Для определения базовых ценностных векторов. Этот тест коррелировался с другими методиками, в комплексе позволяя оценить не только личностные характеристики обучающихся, но и сформированность ценностно-мотивационного компонента общекультурных компетенций. В применении теста Рокича был сделан акцент на изучение терминальных ценностей, поскольку в рамках общекультурной компетентности обучающихся чрезвычайно важна именно целевая направленность. Результаты первичного тестирования отражены на рисунке 3.

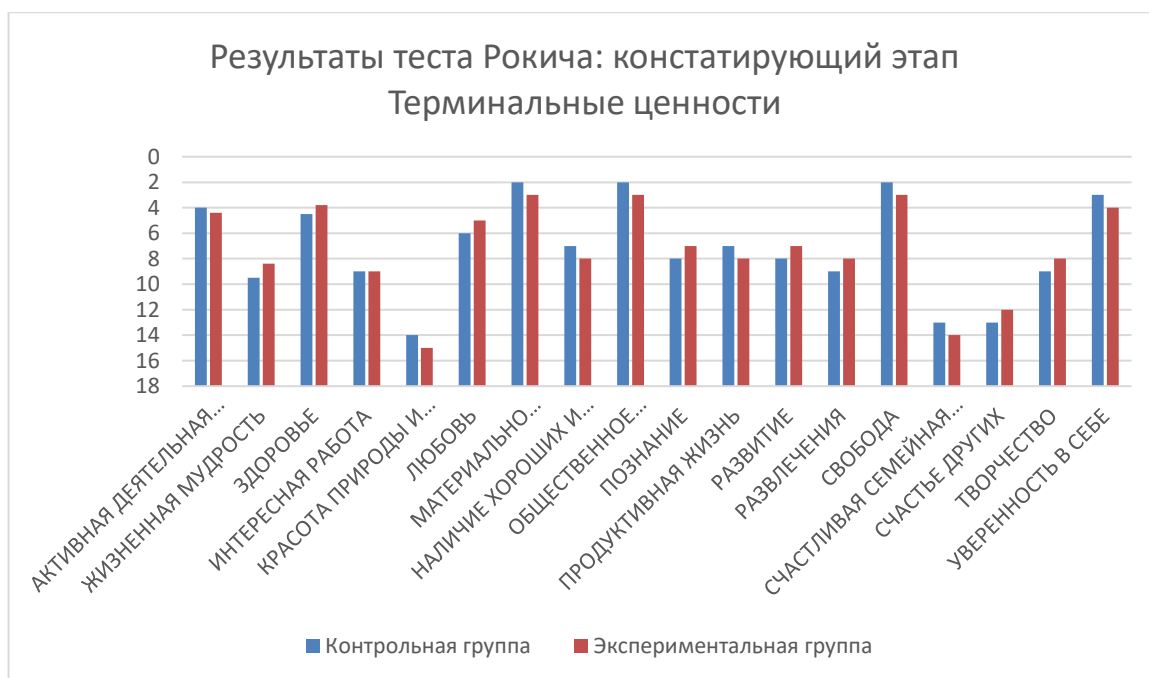


Рисунок 3 – Результаты теста Рокича на констатирующем этапе

Подразумевалось, что формирование общекультурных компетенций проходит когнитивный, операционный, деятельностный этапы. В этой связи проводился анализ уровня сформированности общекультурных компетенций и коррекция педагогических методик при необходимости.

В таблице 11 и рис. 4 отражены данные педагогических измерений по анализу исходного уровня сформированности общекультурных компетенций в контрольной и экспериментальной группах.

Таблица 11 – Результаты тестирования уровня сформированности общекультурных компетенций в контрольной и экспериментальной группах

Группа	Уровни сформированности ОК					
	повышенный		базовый		пороговый	
	спортсмены	%	спортсмены	%	спортсмены	%
	на констатирующем этапе					
КГ n=30	5	16,7	15	50	10	30
ЭГ n =30	4	13,3	13	43,3	13	43,3

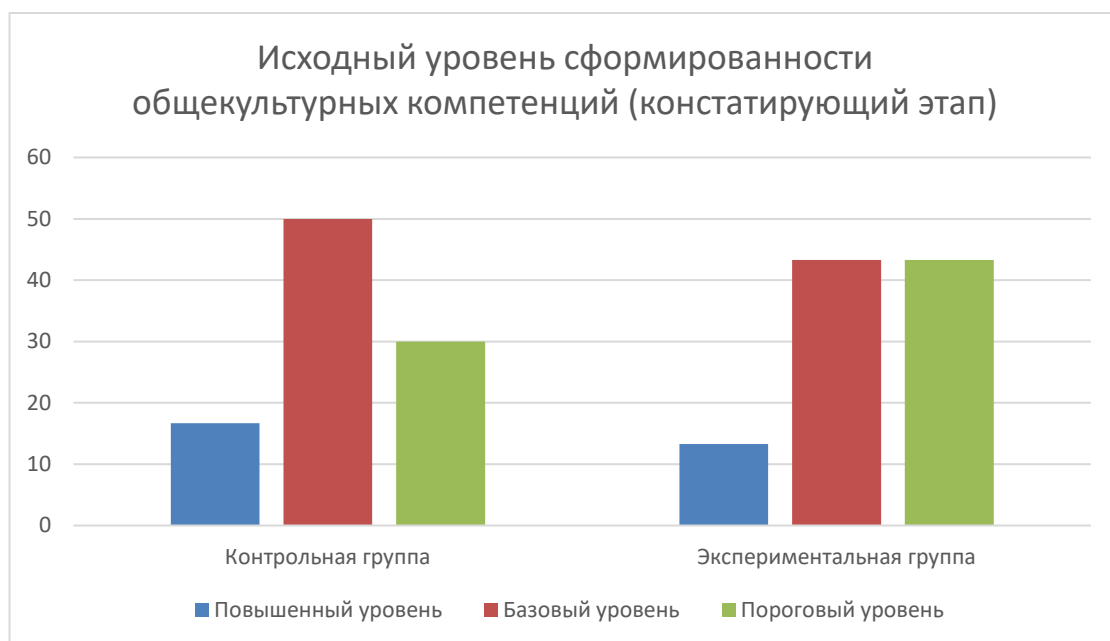


Рисунок 4 – Исходный уровень сформированности общекультурных компетенций

На формирующем этапе проводились занятия по освоению единоборств в рамках дополнительного спортивного образования в двух группах: контрольной и экспериментальной. Комплектация групп предусматривала относительно равноценное распределение обучающихся по уровню физической и функциональной подготовленности. Продолжительность основного эксперимента

– 9 месяцев. За это время было проведено 96 тренировочных занятий (по 288 часов в каждой группе).

Формирующий педагогический эксперимент проводился с обучающимися спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами, регулярно посещавшими занятия (3 раза в неделю). На данном этапе осуществлялось внедрение экспериментальной модели и технологии преподавания единоборств, направленной на формирование общекультурных компетенций.

Повторно исследовался уровень специальной подготовленности спортсменов, функционального состояния, познавательных процессов и степени сформированности общекультурных компетенций юношей экспериментальной (ЭГ $n=30$) и контрольной (КГ $n=30$) групп. В экспериментальную и контрольную группы вошли обучающиеся со статистически равнозначными показателями физической подготовленности, физического развития и функционального состояния ($p>0,05$). Занятия по единоборствам в экспериментальной группе проводились по разработанной технологии с применением экспериментальной модели обучения, а контрольной группе – по действующей учебной программе для спортивных колледжей.

Общее количество часов, отведенных на занятия единоборствами в неделю, у обучающихся обеих групп было одинаковым и составляло 6 часов, 90 минут продолжительность каждого отдельного занятия. Оценивался прирост результатов в исследуемых группах и достоверность разницы между показателями экспериментальной и контрольной групп.

Длительность формирующего этапа педагогического эксперимента составила 9 учебных месяца (с сентября 2023 г. по май 2024 г.), в соответствии с этапами реализации методики и ее содержанием.

Итак, опираясь на специальную литературу [13; 103; 119; 181] и результаты собственных исследований, мы разработали основные параметры обучения техническим приемам в спортивных единоборствах (табл. 11).

Таблица 12 – Количественные характеристики параметров обучения в спортивных единоборствах

№ з/п	Мера освоения двигательного опыта	Осваиваемые параметры движения	Количество тренировочных занятий	Количество недель, месяцев обучения
1	Знания	1. Пространственный	3–5	1 неделя
2	Умения	1. Пространственный 2. Временной	12–20	4–7 недель
3	Навыки	1. Пространственный 2. Временной 3. Скоростно-силовой	60–100	20–35 недель (5–8 месяцев)
4	«Коронное» движение	1. Пространственный 2. Временной 3. Скоростно-силовой 4. Антиципация-предвидение	1440–2400	480–840 недель 120–210 месяцев ≥ 10 лет

Уровень «знания» – удовлетворит усвоение пространственного параметра координации движения с ошибкой до 15 %. Это будет эквивалентно 3-5 занятиям.

Уровень «умения» - потребует усвоения, по крайней мере, двух параметров координации движения (пространственного и временного) с ошибкой выполнения до 15 %. Количество попыток будет лежать в диапазоне 25-30 тренировочных занятий.

Уровень первичного построения навыка - потребует освоения всех трех параметров координации движений. Эта работа потребует около 100-120 тренировочных занятий.

Уровень «коронного» выполнения приема – потребует усвоения четырех параметров координации движений (добавляется антиципация-предвидение).

Методика формирования двигательных умений юношей, занимающихся единоборствами, содержит следующие этапы:

1. Использование алгоритма овладения двигательной действия;
2. Использование матрицы овладение двигательной действия;
3. Использование матрицы овладение комбинацией двигательных действий.

Каждое двигательное действие выполняется по алгоритму (рис. 5).

Развитие познавательные способности			Наследственно обусловленная двигательная координационная предрасположенность
Знание об изучаемом двигательном действии			
Зрительный образ	Логический образ	Кинестетический образ	
Представление об изучаемом двигательном действии			
Двигательное умение Невысокая скорость и стойкость, нестабильный результат, непрочное запоминание, сознательный контроль действий, развернутая ориентировочная основа действия			
Двигательный навык Высокая скорость и стойкость, стабильный результат, прочное запоминание, автоматизм, сокращенная ориентировочная основа действия			

Рисунок 5 – Алгоритм формирования двигательного умения и его параметры

Работа над качеством планирования выполнения технико-тактических активно развивает у спортсмена практические навыки, умения, методики и технологии - спортивную технику. Здесь возможно включение планомерного формирования таких ракурсов общекультурных компетенций, которые связаны с формированием качеств личности, отражаемых в ОК-1, 3, 4, 8 и имеющих ключевое значение для формирования спортсмена-профессионала, а также тренера-педагога.

На завершающем этапе педагогического эксперимента был использован прием коммуникативного закрепления широкого спектра навыков и компетенций,

освоенных в ходе системной работы и были предложены такие формы контроля сформированности компетенций, как анкета-саморефлексия, организация дискуссионного клуба и написание обучающими творческих эссе по заданным темам.

Задача такого рода заданий – не только позволить состояться внешней оценке выработанных навыков, но – служить инструментом для самооценки обучающихся.

Экспериментально-рефлексивный этап включал анализ и интерпретацию полученных данных, с их математической обработкой, были сформулированы частные и общие выводы

По результатам анализа данных ценностных компонентов (тест Рокича) была выявлена общая тенденция в обеих группах (контрольной и экспериментальной) по повышению значимости саморазвития и снижению значимости уверенности в себе. Предполагается, что занятия единоборствами снижают тревожность личности, позволяют ей больше уделять внимания внутренним качествам и осознанно стремиться к жизненным целям. Однако динамика более показательна именно в экспериментальной группе. Более того, в ЭГ ощутимо подросли параметры ценности «Познание» (с ранга «7» до уровня «3»), что позволяет утверждать, что авторская модель формирования общекультурных компетенций средствами единоборств активно задействует когнитивно-познавательный сегмент личных качеств обучающихся.

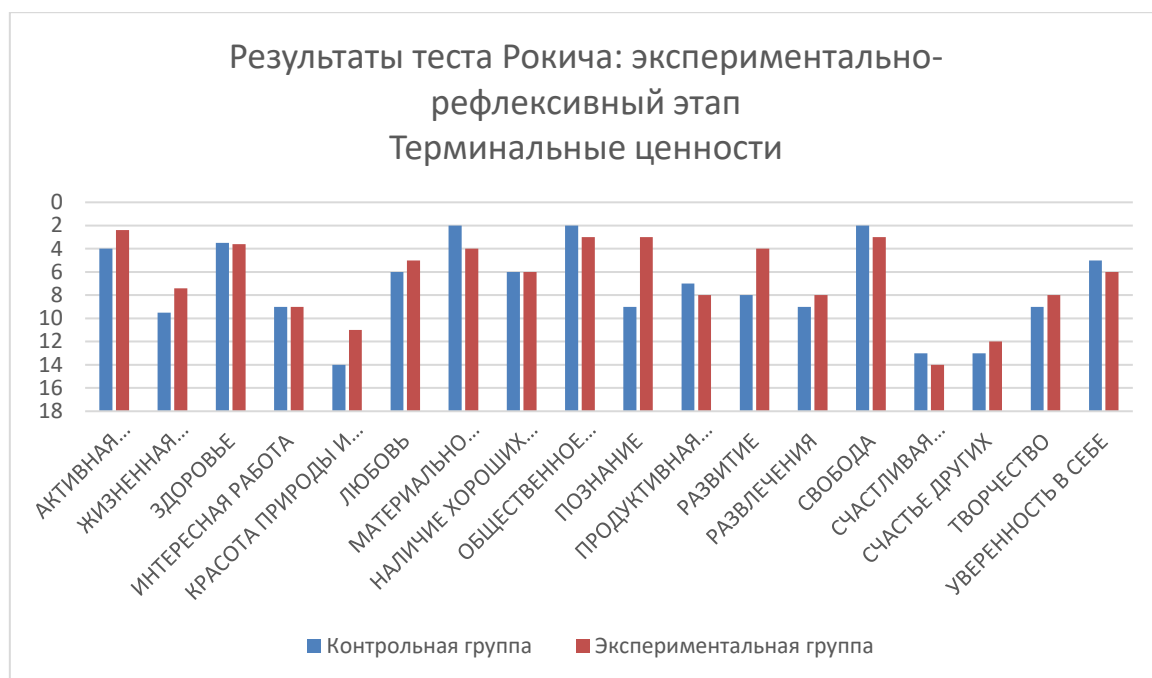


Рисунок 6 – Результаты теста Рокича на экспериментально-рефлексивном этапе

Уровень сформированности общекультурных компетенций оценивался методом саморефлексии обучающихся согласно анкете, представленной ниже:

Анкета саморефлексии (авторская разработка)

Инструкция: ответить на вопросы, оценивая владение личными и профессиональными качествами по шкале от 0 до 5.

Показатели		Самооценка/баллы					
Ценностный блок		0	1	2	3	4	5
1	Для меня важно понимать историю России, её традиции и духовно-нравственные ценности						
2	Я готов воспринимать ценности и традиции, духовные идеалы разных людей и национальностей						
3	Я считаю, что спортивные достижения позволяют стать человеку более организованным						
4	Для меня важно вести здоровый образ жизни.						
5	Я считаю необходимым сберегать природу и заботиться об экологии						
6	Для меня важно находить понимание в коллективе.						

7	Я планирую своё профессиональное развитие						
---	---	--	--	--	--	--	--

Когнитивный блок		0	1	2	3	4	5
1	Мне интересно решать профессиональные задачи, я знаю этапы планирования профессиональной деятельности						
2	Я понимаю принципы использования информационных технологий для анализа профессиональных задач и их выполнения						
3	Я умею формулировать свои идеи и выражать их в устной и письменной форме						
4	Я понимаю роль социального и культурного контекста в профессиональной деятельности						
5	Мне известны правила стандарты антикоррупционного поведения						
6	Я знаю алгоритмы поведения в чрезвычайных ситуациях						
7	Я знаю основные принципы работы с профессиональной документацией на государственном и иностранном языках						
Деятельностный блок		0	1	2	3	4	5
1	Я умею использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья						
2	Я умею обосновывать свои решения и использовать навыки анализа для решения профессиональных задач						
3	Я умею работать в команде, поддерживать коммуникации						
4	Я умею использовать свои знания в области правовой и финансовой грамотности в профессиональной деятельности.						
5	Я умею выступать перед знакомой и незнакомой аудиторией, формулировать свои идеи и						

6	Я умею «работать» с информацией с применением цифровых ресурсов.						
7	Я умею анализировать особенности социальных групп, применять правила общения и этикета						
Итого :							

Интерпретация результатов (по каждому из пунктов):

A - повышенный уровень (5 б.);

B - оптимальный уровень (4 б.);

C - базовый уровень (3 б.);

D - допустимый уровень (2 б.);

E - минимальный уровень (1 б.);

F - критический уровень (0 б.)

2.3. Результаты эксперимента и их обсуждение

Эксперимент проводился на базе Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования города Москвы «Московский государственный университет спорта и туризма» (Институт среднего профессионального образования).

По результатам исследования были получены данные о степени сформированности общекультурных компетенций у обучающихся 1-2 годов обучения по направлениям подготовки 49.02.01 – Физическая культура, квалификация: педагог по физической культуре и спорту, форма обучения – очная (Государственное автономное образовательное учреждение высшего образования города Москвы «Московский государственный университет спорта и туризма» (Институт среднего профессионального образования)).

Эффективность экспериментальной технологии определялась на основании результатов формирования широкого спектра личных и профессиональных качеств участников эксперимента, включая компоненты: ценностно-мотивационный, эмоционально-волевой, когнитивный, операционно-деятельностный и субъектный.

С целью оценки уровня развития ценностно-мотивационного компонента использовался тест Рокича, также проводилось исследование структуры мотивации спортсменов. Опрос проводился на основе методики В. Гербачевского «Оценка уровня притязаний». Ставилась цель определить место познавательного мотива в структуре мотивации спортсменов. В. Гербачевский выделяет 15 основных компонентов мотивационной структуры: внутренний мотив, познавательный мотив, мотив избегания, соревновательный мотив, мотив изменения деятельности, мотив самоуважения, значимость результатов, сложность задачи, волевое усилие, оценка уровня достигнутых результатов, оценка своего потенциала, намеченный уровень мобилизации усилий, ожидаемый уровень результатов, закономерность результатов, инициативность.

Если познавательный мотив занимает ведущее место, то ведем речь о высоком уровне мотивационного компонента познавательной деятельности спортсменов. Если познавательный мотив играет важную роль, однако, не выходя на ведущее место в структуре мотивации, тогда идет речь о среднем уровне развития мотивационной составляющей познавательной деятельности. И в случае, если познавательный мотив занимает последние места в иерархии мотивов, тогда нужно вести речь о низком уровне развития мотивационного компонента познавательной деятельности.

Показатели уровней развития мотивационной сферы юношей контрольной и экспериментальной групп в количественном и процентном отношении в начале эксперимента показаны в табл. 12. Результаты демонстрируют, что лишь 12,5% юношей контрольной группы имеют высокий уровень познавательной мотивации, в то время как в экспериментальной группе этот процент в два раза больше в начале эксперимента (20,2%).

Таблица 13 – Показатели уровней развития познавательной мотивации у юношей контрольной и экспериментальной групп в начале и в конце эксперимента (ценностно-мотивационный компонент)

Группа	Уровни развития					
	высокий		средний		низкий	
	спортсмены	%	спортсмены	%	спортсмены	%
КГ n=30	4	13,3	14	46,7	12	40
ЭГ n =30	5	16,7	12	40	13	43,3
После эксперимента						
КГ n=30	4	13,3	16	53,3	10	30
ЭГ n =30	8	26,7	16	53,3	6	20

Из приведенных результатов видно, что спортсмены и экспериментальной, и контрольной групп имели преимущественно средний и низкий уровень развития познавательной мотивации, который почти совпадает (86,7% в контрольной группе и 83,3% – в экспериментальной).

Однако, как видно из приведенной таблицы, процент спортсменов, у которых познавательные мотивы занимают ведущие места в структуре мотивации и уровень развития познавательной мотивации находится на высоком уровне в контрольной и экспериментальной группах был невелик 13,3% – в контрольной и 16,7% – в экспериментальной группе соответственно.

Результаты по завершению эксперимента демонстрируют, что изменение показателя уровня развития познавательной мотивации у спортсменов экспериментальной группы произошло довольно значительное (22,2% в начале эксперимента против 44,4% по его завершению). В контрольной группе процент спортсменов с высоким уровнем развития познавательной мотивации не изменился.

Одновременно проводилась оценка изменений профессиональной мотивации и способности решать задачи личного и профессионального развития в рамках сформированности ОК 1,3, 8 на основе анкетирования и кейс-заданий.

Таблица 14 – Показатели уровней сформированности ОК 1,3,8 (ценностно-мотивационный компонент)

Группа	Уровни развития					
	высокий		средний		низкий	
	спортсмены	%	спортсмены	%	спортсмены	%
КГ n=30	5	16,7	13	43,3	13	43,3
ЭГ n =30	4	13,3	12	40	13	43,3
После эксперимента						
КГ n=30	5	13,3	13	43,3	12	40
ЭГ n =30	8	26,7	16	53,3	6	20

Анализируя полученные результаты, можно предположить, что в рамках освоения единоборств, показатели ценностно-мотивационного компонента в рамках общекультурных компетенций формируются с опережением показателей, нежели это происходит с чисто познавательными способностями. Можно предположить, что освоение технико-тактических действий на основе проблемного обучения и взаимообучения приобщает спортсменов к «философии» боевых искусств, тем самым содействуя повышению их личностных и профессиональных качеств. Эта тенденция проявляется в обеих группах, и в контрольной, и в экспериментальной, однако в экспериментальной группе результаты более значимы.

Иначе говоря, полученные результаты дают основание для принятия гипотезы о том, что спортсмены экспериментальной группы приобрели более высокий уровень развития ценностно-мотивационных компонентов, чем

спортсмены контрольной группы в связи с примененной экспериментальной технологией.

С целью полного изучения мотивационной структуры спортсменов контрольной и экспериментальной группы был использован опросник А. Реана «Мотивация успеха и боязни неудач».

Спортсменам была поставлена задача ответить на двадцать вопросов. За каждое совпадение ответа с ключом спортсмену начисляли 1 балл. Затем подсчитывалось общее количество баллов. Если количество набранных баллов от 1 до 7, то диагностируется мотивация на неудачу (страх неудачи). Если количество набранных баллов от 14 до 20, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех). Если количество набранных баллов от 8 до 13, то следует считать, что мотивационный полюс ярко не выражен. При этом можно считать, что если количество баллов 8, 9, тогда существует определенная тенденция к мотивации на неудачу, а при количестве баллов 12, 13 – на успех.

Как видно из табл. 14, значительная часть спортсменов контрольной и экспериментальной группы имели примерно одинаковые показатели в начале эксперимента, указывающие на то, что мотивационный полюс у них четко не выражен (43,8% – контрольная группа и 44,4% – экспериментальная группа).

Таблица 15 – Результаты диагностики мотивации успеха и мотивации боязни неудач у спортсменов контрольной и экспериментальной группы в начале и по окончании эксперимента (ценностно-мотивационный компонент)

Группа	Уровни развития						Хср
	высокий 14-20 баллов		средний 8-13 баллов		низкий 1-7 баллов		
	спортсмены	%	спортсмены	%	спортсмены	%	
	После эксперимента						
КГ n=30	2	12,5	7	43,8	7	43,8	7,8±1,4
ЭГ n =30	3	16,7	8	44,4	6	33,3	8,5±1,7

t, p							0,89 >0,05
После эксперимента							
КГ n=30	3	18,7	9	56,2	4	25	9,9±1,6
ЭГ n =30	9	50	8	44,4	1	5,6	14,9±1,7
t, p							5,7 <0,01

Из результатов исследования видно, что только 2 спортсменов контрольных групп и 3 спортсмена экспериментальных групп, что соответствует 12,5% и 16,7%, продемонстрировали мотивацию на успех.

В начале эксперимента общий показатель, полученный по опроснику диагностики мотивации успеха и боязни неудач, составлял в экспериментальной группе 8,5 баллов, в контрольной – 7,8 баллов, при этом различия между группами обнаружены не были. По окончании эксперимента в экспериментальной группе показатель достоверно увеличился до 14,9 баллов, в контрольной – до 9,9 баллов, при этом различия между группами статистически достоверны при $t=5,7$, $p<0,01$.

В процентном соотношении в экспериментальной группе спортсменов с высоким уровнем показателя по окончании эксперимента было выявлено больше, чем до эксперимента – 49,9% против 16,7% до эксперимента. В контрольной группе по окончании эксперимента доля спортсменов с высоким уровнем исследуемого параметра увеличилось незначительно – с 12,5 до 18,7%. Также следует отметить значительное снижение доли спортсменов в экспериментальной группе с низким уровнем показателя – с 33,3% до 5,6%, в контрольной группе снижение менее выражено – с 43,8% до 25%.

Исследование изменений уровня общей и специальной физической подготовленности, соревновательной результативности обучающихся, наряду с анализом динамики познавательной сферы, является значимым этапом нашего

педагогического эксперимента, позволяющее установить эффективность разработанной авторской методики преподавания единоборств обучающимся.

Одним из критериев (компонентов) сформированности двигательной компетенции обучающихся являлся субъектный, для оценки которого применялись три методики: стресс-тест – для определения уровня стрессоустойчивости, методика «Уровень локуса контроля» в модификации для подростков, тест коммуникативный толерантности В.В. Бойко. В табл. 15-16 представлены результаты тестирования юношей по данным методикам, а также тестирование креативности, которая является составляющей оперативно-деятельностного компонента.

Таблица 16 – Результаты оценки субъектного компонента (локус контроля, коммуникативная толерантность) и операционно-деятельностного (креативность) двигательной компетенции обучающихся, $\bar{X} \pm \sigma$

Показатели	До эксперимента			После эксперимента		
	КГ n=30	ЭГ n=30	t p	КГ n=30	ЭГ n=30	t p
Интегральный показатель локуса контроля, баллов	22,7±3,5	22,0±3,4	0,34 >0,05	22,5±0,3	27,7±0,4	5,26 <0,01
Креативность, баллы (max =100)	61,9±4,4	61,0±5,5	1,09 >0,05	62,7±5,7	70,6±5,4	4,66 <0,01
Коммуникативная толерантность (max =135), баллы	67,7±6,5	65,7±5,8	0,99 >0,05	63,9±5,9	46,7±6,0	5,11 <0,01

Из данных табл. 15 видно, что после педагогического эксперимента в экспериментальной группе спортсмены показали лучшие результаты по

исследуемым параметрам субъектного компонента и операционно-деятельностного компонентов двигательной компетенции. Так, интегральный показатель локуса контроля в экспериментальной группе увеличился на 25,9% ($t=3,78$, $p<0,01$) в контрольной группе – на 0,8% ($t=0,09$, $p>0,05$), различия между группами статистически достоверны при $t=5,26$, $p<0,01$. Показатель в тесте на креативность увеличился в экспериментальной группе на 15,7% ($t=3,78$, $p<0,01$) в контрольной группе – уменьшился на 1,3% ($t=0,19$, $p>0,05$), различия между группами статистически достоверны при $t=4,66$, $p<0,01$. Показатель в тесте на коммуникативную толерантность уменьшился в экспериментальной группе на 28,9% ($t=4,88$, $p<0,01$) в контрольной группе – на 5,6% ($t=0,88$, $p>0,05$), различия между группами статистически достоверны при $t=5,11$, $p<0,01$.

Таблица 17 – Результаты «Стресс-теста» у контрольной и экспериментальной групп до и после педагогического эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$

Показатель	До эксперимента			После эксперимента		
	ЭГ n=30	КГ n=30	t p	ЭГ n=30	КГ n=30	t p
Стресс-устойчивость, у.е.	85,6 $\pm$ 7,44	86,2 $\pm$ 7,66	0,67 >0,05	96,12 $\pm$ 7,71	87 $\pm$ 8,34	3,21 <0,01
Пропускная способность, у.е.	1,0 $\pm$ 0,07	1,02 $\pm$ 0,06	0,22 >0,05	1,19 $\pm$ 0,05	1,04 $\pm$ 0,06	3,33 <0,01

Показатели «стрессоустойчивость» и «пропускная способность» в «Стресс-тесте» увеличились в экспериментальной группе на 12,3% ($t=3,47$, $p<0,01$) и 19% ($t=4,08$, $p<0,01$) в контрольной группе – на 0,9% ($t=0,08$, $p>0,05$) и 2% ($t=0,14$, $p>0,05$), различия между группами статистически достоверны при $t=3,21$ и 3,33, $p<0,01$.

Полученные результаты позволяют сделать выводы о том, что процесс обучения единоборствам развивает широкий спектр личных качеств человека, которые можно рассматривать как базис для формирования качеств

профессионала. В этом контексте мы видим, что имеется косвенная взаимосвязь между показателями сформированности ценностно-мотивационных компонентов с показателями сформированности некоторых общекультурных компетенций. Однако не все общекультурные компетенции, предусмотренные ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура⁴ можно рассматривать в прямой связи с технико-тактическими навыками обучающихся. Большинство ОК подразумевают широкие личностные и профессиональные навыки: оперирование задачами профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам, навыки анализа и работы с информацией (ОК-1 и ОК-2), а также профессиональные качества в области управления, менеджмента, правовой и финансовой грамотности (ОК-3), в области социальных коммуникаций (ОК-4, ОК-6, ОК-9) и т.п.

Особенности оценки сформированности общекультурных компетенций в рамках модели формирования общекультурных компетенций в рамках освоения единоборств

Двигательные действия и познавательные способности относятся к сегментам деятельности человека, которые могут быть достоверно оценены во взаимосвязи с практиками обучения технико-тактическим действиям. Однако оценить сформированность ряда общекультурных компетенций возможно уже не в виде функциональных характеристик, но в качестве профессиональных и личных качеств, которые раскрываются, прежде всего, в коммуникативном взаимодействии.

Традиционно педагогический процесс работы по формированию общекультурных компетенций видится в ресурсе дисциплин общегуманитарного цикла. Однако практика деятельности спортивного клуба позволяет серьезно расширить представления о потенциале единоборств в этом ракурсе.

⁴ Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (Приказ № 968 от 11.11.2022)

В рамках эксперимента использовались следующие инструменты оценки сформированности общекультурных компетенций⁵:

1. Моделирование педагогических и профессиональных ситуаций:

- подготовка организационного проекта (в отрасли физической культуры и спорта);
- педагогическое наблюдение (моделирование педагогической ситуации);
- открытый урок;
- экспертный анализ поединка (моделирование экспертной деятельности);

2. Тестирование и анкетирование:

- задание на саморефлексию (анкета)

3. Коммуникативные проекты, разрабатываемые обучающимися:

- представление и защита коллективного проекта

4. Интерактивные дискуссионные проекты

- дискуссионный клуб и пр.

В таблице 18 даются результаты общей сформированности общекультурных компетенций в контрольной и экспериментальной группах

Таблица 18 – Результаты тестирования уровня сформированности общекультурных компетенций в контрольной и экспериментальной группах

Группа	Уровни сформированности ОК					
	повышенный		базовый		пороговый	
	спортсмены	%	спортсмены	%	спортсмены	%
результаты констатирующего этапа						
КГ n=30	5	16,7	15	50	10	30
ЭГ n =30	4	13,3	13	43,3	13	43,3
результаты контрольного этапа						

⁵ См. Приложение 1.

КГ n=30	9	30	13	43,3	8	26,7
ЭГ n =30	12	40	13	43,3	5	16,7

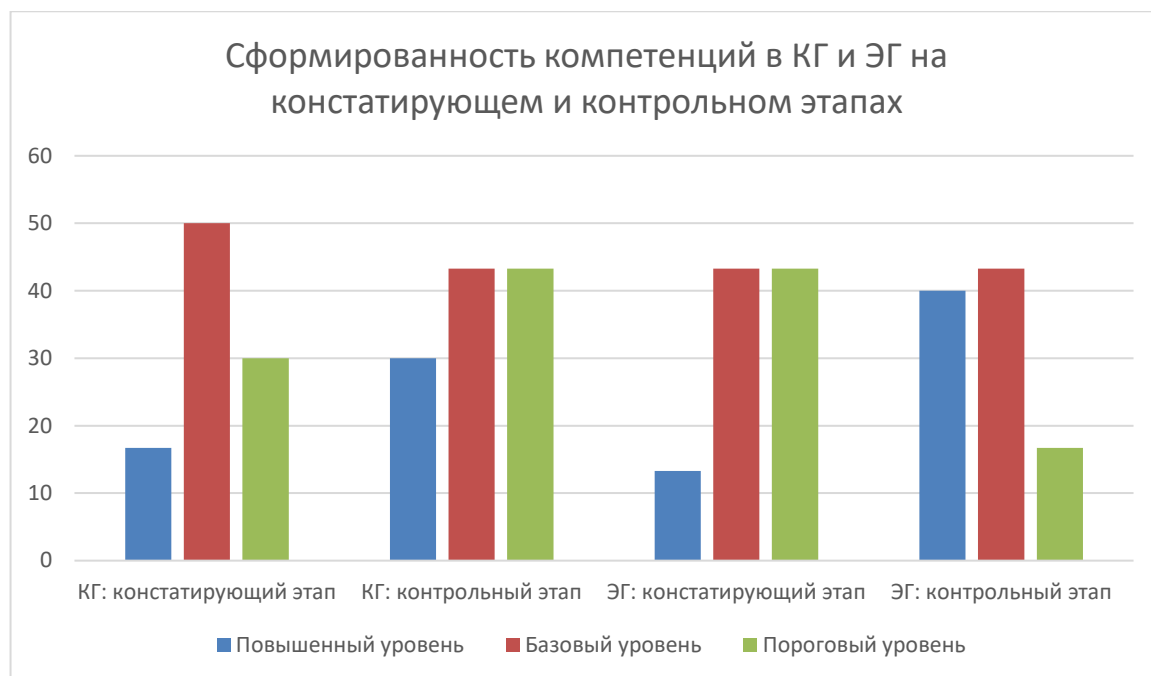


Рисунок 7 – Сформированность компетенций в КГ и ЭГ до и после эксперимента

Сравнительный анализ результатов спортсменов контрольной и экспериментальной группы с помощью математических методов описательной статистики и использованием статистических критериев значимости сдвигов оценок в соответствующих выборках дает возможность констатировать эффективность по всем компонентам двигательной компетенции спортсменов предложенной технологии преподавания единоборств, направленной на сопряженное формирование познавательных способностей и двигательных действий обучающихся, а также модели сопряженного формирования двигательных действий, познавательных способностей юношей и общекультурных компетенций, в контур которой входит авторская технология.

Выводы по 2-й главе

Выявлен и описан потенциал занятий единоборствами как фактор, обеспечивающий развитие всех видов профессиональной и социальной деятельности, а также общекультурных компетенций.

Отдельного внимания заслуживает система проверки сформированности общекультурных компетенций. Здесь необходимо предложить развернутую модель чек-листов, кейсов, опросов и иных форм анализа, чтобы не только проследить признаки сформированности компетенции, но и показать возможности практического применения полученных обучающимися навыков.

Результатами реализации авторской технологии стали активизация стремления спортсменов к творческому овладения и применения своих познавательных способностей в спортивной деятельности, освоение знаний, развитие умений и навыков, составляющих технико-тактическую подготовку в боевом самбо, адекватного отношения к собственной спортивной деятельности, переход от знания к пониманию процессов, которые происходят в ходе выполнения технико-тактических задач, развитие оптимальных стратегий взаимодействия с другими спортсменами в типовых и нетиповых практических ситуациях и актуализация личностных смыслов в реализации практических функций, положительная динамика в формировании двигательной компетенции.

Результаты практического применения в нашем исследовании проблемного обучения, методов взаимообучения, анализа и саморефлексии, моделирования соревновательных ситуаций и пр. в процессе освоения единоборств, дают право рекомендовать их для использования в работе тренерам и преподавателям физической культуры. Будучи более эффективными в овладении техникой физических упражнений, они способствуют формированию таких ценных качеств, как наблюдательность, самоконтроль и самоанализ; воспитывают дисциплинированность, ответственность, чувство товарищества; стимулируют творческое мышление, повышают заинтересованность в достижении результатов обучения.

Личностные характеристики обучающихся, приобретенные в ходе освоения искусства единоборств, демонстрируют также сформированность общекультурных компетенций согласно выявленным компонентам компетенций: мотивационно-целевого, содержательно-когнитивного, операционально-технологического, результативно-оценочного.

При этом констатируется, что предложенная авторская модель создает педагогические условия, обеспечивающие оптимальный уровень формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля на занятиях единоборствами.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного теоретического исследования и апробации авторской модели по формированию общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля на занятиях единоборствами были достигнуты следующие результаты:

1. Обосновано, что общекультурные компетенции, предусмотренные ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура и подлежащие освоению в рамках программ СПО спортивного профиля подготовки, содержат следующие компоненты:

- мотивационно-целевой,
- содержательно-когнитивный (знаниевый),
- операционально-технологический (деятельностный),
- рефлексивно-оценочный.

Критериями сформированности общекультурных компетенций в системе СПО спортивного профиля являются: полнота информации, мотивация к реализации компетенций в профессиональной деятельности и умение выстраивать деятельность и взаимодействия на основании общекультурных компетенций.

2. Был доказан потенциал единоборств в отношении формирования общекультурных компетенций в рамках программ СПО спортивного профиля подготовки:

- аксиологический компонент единоборств оказывает существенное влияние на формирование качеств личности, связанных со стремлением к самосовершенствованию и осмыслением этических норм как в спортивной жизни, так и в социальной деятельности.

При этом в рамках освоения единоборств, показатели ценностно-мотивационного компонента общекультурных компетенций формируются с опережением показателей, нежели это происходит с отдельными видами навыков и способностей (познавательные способности, двигательные навыки и пр.). Следует заключить, что освоение технико-тактических действий на основе проблемного обучения и взаимообучения приобщает спортсменов к «философии»

боевых искусств, тем самым содействуя повышению их личностных и профессиональных качеств.

- управленческий аспект, связанный с ориентацией спортсмена на самоуправление и на управление взаимодействием на основании общекультурных норм, позволяет обучающимся получить навыки по планированию и реализации личной и профессиональной деятельности, что коррелируют с задачами будущего тренера-педагога.

- исследовательский аспект позволяет выстраивать взаимодействие на основании диагностики социальных ситуаций с позиций общекультурных компетенций.

3. Разработана модель формирования общекультурных компетенций в организациях СПО спортивного профиля при обучении единоборствам и экспериментально доказана её эффективность. Авторская модель основана на применении принципов личностно-ориентированного, контекстного, компетентностного, синергетического и ресурсного подходов и включает в себя целево-методологический, содержательный, организационно-процессуальный и диагностический блоки и обеспечивает эффективность формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля в системе дополнительного спортивного образования.

Результатом внедрения модели является экспериментально подтвержденная сформированность общекультурных компетенций рамках дополнительного спортивного образования в процессе освоения единоборств.

В модели представлены критерии сформированности общекультурных компетенций.

4. Описаны педагогические условия взаимосвязи учебной и внеучебной деятельности для эффективного формирования общекультурных компетенций в организациях СПО спортивного профиля в условиях дополнительного спортивного образования.

Необходимо соблюдение следующих условий:

- расширения спектра социальных ролей, выполняемых обучающимися на занятиях единоборствами;
- активное включение обучающихся в систему организации спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий с применением единоборств;
- применение проектной деятельности и интерактивных форм работы во время спортивных
- расширение методического обеспечения тренеров-педагогов по проблематике формирования общекультурных компетенций.

Указанные педагогические условия эффективны в системном единстве в учебной и внеучебной деятельности в учреждениях СПО спортивного профиля

5. Выявленный потенциал единоборств в отношении формирования общекультурных компетенций в рамках программ СПО спортивного профиля подготовки, может рассматриваться как возможная перспектива не только для формирования общекультурных компетенций, но и для решения иных задач профессионального образования.

В процессе занятий единоборствами, у спортсменов формируются ориентировочно-прогностические, диагностические, конструктивно-проектировочные навыки, необходимые для выполнения технико-тактических задач, активно задействуются навыки критического мышления, саморефлексии, социальной коммуникации.

Помимо развития функционала спортсмена, в процессе освоения единоборств, трансформируются также личные качества и навыки обучающегося. Воспитываются и укрепляются свойства личности, которые позволяют человеку быть более устойчивым в кризисных ситуациях, развивается реакция, вариативность действий. Всё это позволяет заложить базис для формирования общекультурных компетенций, которые проявляются в реализованности социальных навыков широкого спектра.

В процессе освоения единоборств наибольшую эффективность при формировании общекультурных компетенций, имеют мотивационно-целевой и операционально-технологический. Содержательно-когнитивный и рефлексивно-оценочный компоненты формируются в качестве естественных следствий формирования первых двух, при необходимости самооценки и саморефлексии при проведении тактических действий и тренировке двигательной активности.

Таким образом, была подтверждена выдвинутая гипотеза о высоком потенциале единоборств в формировании общекультурных компетенций.

Процесс обучения единоборствам позволяет гармонично и эффективно формировать общекультурные компетенции. По существу, это фундамент, на котором позже выстраиваются личные и социальные качества, столь востребованные и в спорте, и в общественной деятельности. В рамках занятий единоборствами спортсмены и будущие тренеры совершенствуют чрезвычайно важные личностные и профессиональные качества, которые впоследствии передаются новым поколениям воспитанников, создавая культурную и профессиональную преемственность.

Сравнительное изучение результатов констатирующего и контрольного экспериментов показывает, что при системном освоении технико-тактических навыков в рамках единоборств, наблюдается корреляция с повышением уровня осознанности, личной мотивации к системной социокультурной деятельности.

Соответственно, исследование подтверждает высокую эффективность авторской модели формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО в рамках занятий единоборствами.

Были уточнены педагогические условия системы СПО, способствующие эффективной подготовке будущих тренеров-преподавателей к осуществлению комплексного воспитания и развития обучающихся. Было доказано, что использование двигательного и когнитивного потенциала, физического и духовно-нравственного развития на основе личностно ориентированного подхода, который «является стержнеобразующим фактором системы спортивной подготовки» [90]

в представленной авторской модели является фундаментом, позволяющим формировать общекультурные компетенции.

Полученный образовательный результат позволяет констатировать, что занятия единоборствами способствуют развитию ценностно-мотивационных, когнитивных, эмоционально-волевых, операционно-деятельностных качеств личности, повышает способность к объективной самооценке и саморефлексии. Все эти личностные качества и результаты, достигнутые в процессе освоения единоборств, одновременно составляют и фундамент для развития общекультурных компетенций.

Необходимо заключить, что представленная авторская модель формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля при занятиях единоборствами позволяет использовать потенциал дополнительного спортивного образования, формируя системное взаимодействие учебной и внеучебной деятельности.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ МОДЕЛИ
ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ
ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОГО КОЛЛЕДЖА В УСЛОВИЯХ
ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ**

*1. Этап функционального тестирования спортсменов и влияние результатов на
выбор педагогических технологий*

Спортсмены со слабой нервной системой обладают наиболее высоким уровнем самоорганизации, их сильной стороной является способность к чёткой постановке цели и планомерному её достижению, слабые стороны – низкий уровень самоконтроля и анализа ситуации, лабильность нервной системы, приводящая к быстрой утомляемости и нервному перенапряжению, неумение перераспределять свои силы, импульсивность, непереносимость монотонной, рутинной работы. Для таких спортсменов необходимо применять творческие разнообразные по форме и содержанию задания, требующие постоянного самоконтроля и анализа правильности выполнения действий. Задания на усвоение теоретического материала должны даваться в форме самостоятельного подбора информации с его последующим конспектированием, переработкой и анализом существующих взглядов, теорий по каждому вопросу. Необходимо включать в индивидуальную программу обучения задания, направленные на коммуникативную, речевую деятельность, визуализацию материала, включая, таким образом, различные каналы восприятия информации. С этой целью спортсменам необходимо предлагать научно-популярные и обучающие фильмы для освоения теоретического материала. Выполнению практических заданий должно обязательно сопутствовать последующее сопоставление результатов работы с нормой (образцом), выявление отклонений и анализ их причин.

Спортсмены с сильной нервной системой обладают относительно низким уровнем самоорганизации. К их слабым сторонам относятся: низкий уровень целеполагания и планирования, самоконтроля и анализа ситуации, как следствие, несформированность навыка управления временем, умения расставлять

приоритеты. Сильные стороны проявляются в высокой переключаемости с одного вида деятельности на другой, способности к быстрой корректировке собственных действий в ответ на изменившиеся условия, высоком уровне развития волевых усилий, работоспособности. Необходимые условия обучения таких спортсменов – направление подвижности и активности в рабочее русло. Для них необходимо подбирать задания на сравнение с пройденным материалом, анализ, отбор и трансформацию предметного материала, обусловленных спецификой изучаемой темы, конструирование гуманитарно-ориентированной системы задач, в частности практико-эстетические задачи. Активность «сильных» спортсменов возрастает при проблемном изложении или самостоятельном изучении материала, постановке опытов и экспериментов, исследовательской работе. Спортсмен с сильной нервной системой обладает высоким уровнем работоспособности, которую способен проявлять только в условиях строгой системы, которая его дисциплинирует. Предпочтительны вербальные и активные формы обучения.

2. Алгоритмы формирования двигательного умения и его параметры

Обучение единоборствам основывается на приобретении технических знаний, умений и навыков. Создание двигательных навыков осуществляют в три этапа:

1. Овладение основами техники, то есть приобретение правильных представлений о движении и запоминания общей схемы упражнения. Этот этап осуществляют с помощью наблюдения и пояснений, после чего идет собственный опыт выполнения. Число повторений ограничено, поскольку целью их является лишь знакомство с общей структурой движения. Очень важно не допускать на этом этапе ошибок при выполнении техники, поскольку она может быть усвоена неправильно.

2. Овладение движением. На этом этапе тренер должен следить за правильным и гладким его исполнением. Число повторений ограничено, поскольку они предназначены для совершенствования и сохранения навыка изучаемого движения.

3. Укрепление и совершенствование навыков. Здесь движение выполняют уже правильно и гладко, а дополнительные элементы почти автоматизированы. Увеличивается объем повторений всего движения, перед занимающимися стоит цель устранить ошибки и точно выполнить технику.

Из всего сказанного следует, что усвоение навыков заключается в целенаправленном и систематическом повторении движений. Поскольку задача состоит в достижении успеха в кратчайшие сроки, изучение каждого технического элемента должно быть систематизировано. Что касается этого, то практика подтверждает правильность обучения в такой последовательности: ознакомление спортсмена с ролью и значением изучаемой техники; показ тренером этого движения; изучение и совершенствование приемов в их наиболее простых вариантах для создания и закрепления навыков. Изучение осуществляют, преимущественно в статической форме, постепенно переходящей к обучению в движении; закрепление навыков; совершенствование навыков в условиях, близких к соревнованиям; соединение элемента с элементами, изученными ранее; совершенствование в контрольных схватках.

3. Влияние познавательного мотива на формирование ценностно-мотивационных установок

При сопряженном использовании для исследования ценностно-мотивационных установок теста Рокича и методики В. Гербачевского «Оценка уровня притязаний», определяется место познавательного мотива в структуре мотивации обучающихся.

Если познавательный мотив занимает ведущее место, то речь идет о высоком уровне мотивационного компонента познавательной деятельности спортсменов в целом. Если познавательный мотив играет важную роль, однако, не выходя на ведущее место в структуре мотивации, тогда идет речь о среднем уровне развития мотивационной составляющей познавательной деятельности. И в случае, если познавательный мотив занимает последние места в иерархии мотивов, тогда нужно вести речь о низком уровне развития мотивационного компонента познавательной

деятельности. Используя эту взаимосвязь, при низком уровне мотивационного компонента познавательной деятельности возможно включение других факторов, которые потенциально будут влиять на полноценное формирование ценностно-мотивационного компонента: креативный, волевой, коммуникативный векторы.

4. Границы модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами

Не все общекультурные компетенции, предусмотренные ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура⁶ можно рассматривать в прямой связи с технико-тактическими навыками обучающихся. Большинство ОК подразумевают широкие личностные и профессиональные навыки: оперирование задачами профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам, навыки анализа и работы с информацией (ОК-1 и ОК-2), а также профессиональные качества в области управления, менеджмента, правовой и финансовой грамотности (ОК-3), в области социальных коммуникаций (ОК-4, ОК-6, ОК-9) и т.п.

В этой связи целесообразно делать акцент на формировании тех общекультурных компетенций, которые в первичном тестировании выявлены на низких уровнях, или исходить из стратегических задач обучения в рамках дополнительного спортивного образования.

5. Потенциал дополнительного спортивного образования в формировании общекультурных компетенций

Механизмы интеграции различных видов деятельности должны опираться на взаимодействии системы физического развития и воспитания с другими видами образовательной деятельности, что позволяет повышать степень освоения обучающимися различных разделов учебной программы, т.е. повышает качество образовательного процесса.

⁶ Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (Приказ № 968 от 11.11.2022)

При всем внимании к формированию общекультурных компетенций в рамках учебной деятельности обучающихся, недостаточно внимания уделяется возможностям о внеучебной деятельности в самом широком контексте. При этом ресурс дополнительного образования не задействуется в полной мере. И здесь ресурс дополнительного спортивного образования в формировании общекультурных компетенций может рассматриваться как инновационная технология, отвечающая всем задачам современного среднего профессионального образования.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абраменко, А. И. Практикум по общей психологии / А.И. Абраменко, А.А. Алексеев. – Москва : Букинистическое издание, 1990. – 288 с.
2. Алиханов, И. И. Дидактические основы обучения броскам в спортивной борьбе / И. И. Алиханов // Спортивная борьба : ежегодник. – М. : [б. и.], 1985. – С. 37–40.
3. Алиханов, И. И. Техника и тактика вольной борьбы / И. И. Алиханов. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : ФиС, 1986. – 304 с.
4. Ананьев, Б. Г. Избранные психологические труды: в 2 т. – Москва: Педагогика, 1980. – Т.1. – 230 с.
5. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – 3 изд. – М. ; Харьков ; СПб. : Питер, 2001. – 282с.
6. Асмолов, А. Г. По ту сторону сознания: методологические проблемы неклассической психологии / А. Г. Асмолов. – М. : Смысл, 2002. – 480 с.
7. Ашкинази, С.М. Техничко-тактическая подготовка спортсменов в комплексных единоборствах: монография / С.М. Ашкинази, К.В. Климов. - Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Воен. ин-т физ. культуры. -Санкт-Петербург, 2016. -145 с.
8. Бернштейн Н. А. Очерки о физиологии движений и физиологии активности. М. : Медицина, 1966. – 349 с.
9. Беспалько В. П. Образование и обучение с участием компьютеров (Педагогика третьего тысячелетия). М., 2002.
10. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии. М.: Педагогика, 1989.
11. Блинов, В. И., Есенина, Е. Ю., Сергеев, И. С. и др. Ключевые аспекты развития среднего профессионального образования: монография. М., Издательство «Дело» РАНХиГС, 2023.
12. Боген, М. М. Обучение двигательным действиям / М. М. Боген. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.

13. Болотов В.А, Сериков В. В Компетентностная модель: от идеи к образовательной программе // Педагогика. 2003.- № 10.- С. 8-14;
14. Болтовский, А. Ю. Методика оперативного анализа и планирования тренировочного процесса борцов юношей греко-римского стиля : учебное пособие / А. Ю. Болтовский, А. А. Клименко, З. В. Кузнецова ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Кубанский государственный университет. - Краснодар : Кубанский государственный университет, 2019. - 123 с.
15. Бордовский Г. А., Управление качеством образовательного процесса. СПб.: Изд. РГПУ им. Герцена, 2001
16. Бочков Д. В. Анализ системы условий развития профессиональной компетенции руководителя спортивной школы // Модернизация регионального образования: опыт педагогов Оренбуржья. 2017. № 3(15). С. 34 –40.
17. Брунер, Дж. Психология познания: за пределами непосредственной информации / Дж. Брунер; пер. с англ., предисл. и общ. ред. А. Р. Лурия. – М. : Прогресс, 1977. – 412 с.
18. Брушлинский, А. В. Мышление : процесс, деятельность, общение / А. В. Брушлинский. – М. : Наука, 1982. – 387 с.
19. Быстрицкая Е.В., Дмитриев С.В. Диагностика процессов и методов формирования педагогической компетентности специалиста по физической культуре // Нижегородское образование. 2011. № 3. С. 55-63.
20. Быстрицкая Е.В., Стафеева А.В. Антропные образовательные технологии в сфере физической культуры: проблемы и решения // Вестник Мининского университета № 4 (2015)
21. Валеев, Р. Г. Повышение технико-тактического мастерства борцов на основе совершенствования комбинационного стиля ведения поединков : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.04 / Р.Г. Валеев. - С.- Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2007. - 22 с.
22. Валицкая А.П. Образование в России: цели и ценности. СПб.: Алетейя, 2021;

23. Ватолина Е.Ю. Духовные и практические ценности боевых искусств как средство физического воспитания. Доклад на международном симпозиуме «Духовные и практические ценности боевых искусств». Москва. 2005 г. // «Додзё» №6, 2005 г.
24. Величковский Б. М. Когнитивная наука : Основы психологии познания : в 2 т. – Т. 1 / Б. М. Величковский. – М. : Смысл : Издательский центр «Академия», 2006. – 448 с.
25. Величковский, Б. М. Когнитивная наука : Основы психологии познания : в 2 т. – Т. 2 / Б. М. Величковский. – М. : Смысл : Издательский центр «Академия», 2006. – 432 с.
26. Величковский, Б. М. Современная когнитивная психология / Величковский Б. М. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1982. – 336 с.
27. Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю. В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 2011. - 176 с.
28. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. Москва : Советский спорт, 2013. – 215 с.
29. Вонорбао, В. Н. Управление процессом скоростно-силовой подготовки студентов-борцов с использованием методов экспресс-контроля : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / В.Н. Вонорбао. – Хабаровск, 2006. – 129 с.
30. Воронин, А.Д. Познавательная активность спортсмена – борца в учебно-тренировочном процессе / А.Д. Воронин, А.М. Данилова // Olimpus. Гуманитарная версия. – 2018. – № 2 (7). – С. 9-12.
31. Выготский Л. С. Мышление и речь. Психика, сознание, бессознательное. М.: Лабиринт, 2001. – 368 с.
32. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – Москва.: Педагогика, 1991. – 480 с.

33. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Лев Семенович Выготский. – М. : Изд-во Смысл ; Изд-во Эксмо, 2006. – 136 с., ил. – (Библиотека всемирной психологии).
34. Гавердовский, Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю.К. Гавердовский. - М.: Физкультура и Спорт, 2007. - 912 с.
35. Гальперин П. Я. Методы обучения и умственного развития ребенка. М. : Изд-во МГУ, 1985; Величковский Б. М. Когнитивная наука: Основы психологии познания : в 2 т. М. : Смысл : Издательский центр «Академия», 2006 и др.
36. Гальперин, П. Я. Введение в общую психологию. Учеб. пособие / П. Я. Гальперин. – М. : Книжный дом "Университет", 2002. – 118 с.
37. Гальперин, П. Я. Методы обучения и умственного развития ребенка / П.Я. Гальперин. – М. : Изд-во МГУ, 1985. – 45 с.
38. Гальперин, П. Я. Предисловие // Подольский А. И. Становление познавательного действия : научная абстракция и реальность. – М., 1987. – С. 3–4.
39. Гаськов, А.В. Теоретические аспекты построения спортивной тренировки в единоборствах / А.В. Гаськов, В.А. Кузьмин. - Красноярск : КрасГУ, 2002. - 103 с.
40. Георге, И. В. Формирование профессиональных компетенций студентов образовательных организаций высшего образования на основе организации самостоятельной работы Тюмень: ТИУ, 2016
41. Годик, М.А. Спортивная метрология / М.А. Годик. – М.: ФиС, 2013. – 271 с.
42. Гончаров, В.И. «Память на движения» как специальный вид памяти : монография / В.И. Гончаров. Владивосток : Изд-во ДВГУ, 2008. - 224 с.
43. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Советский спорт, 2006. - 296 с.

44. Губа, В. П. Технология процесса ускоренного обучения спортивным двигательным действиям (на примере плавания) / В. П. Губа, В. А. Быков // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 9. – С. 28–30.
45. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): учебное пособие / В.П. Губа. - М.: Сов. Спорт, 2012. - 384 с.
46. Губа, В.П. Индивидуализация подготовки юных спортсменов / И.П. Губа, П. В. Квашук, В. Г. Никитушкин. - Москва : Физкультура и Спорт, 2009. – 274 с.
47. Гусова, А.Д. Особенности развития познавательных процессов детей старшего дошкольного возраста / А.Д. Гусова // Журнал: Современные исследования социальных проблем. – 2017. – С. 233-240.
48. Дегтярев, Е.С. Психологические факторы развития контекстно-понятийной памяти субъекта в процессе когнитивной деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Е.С. Дегтярев. Красноярск: Сиб. гос. технол. ун-т, 2004. – 19 с. – С. 16.
49. Демешина, А.Р. Проблемы развития познавательной сферы дошкольников в современной педагогической психологии / А.Р. Демешина // Научно- методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 12. – С. 19–22.
50. Денисенко, А. Н. Физическая и техническая подготовка борцов на основе интеграции тренировочных средств вольной и национальной борьбы хуреш: дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Денисенко Андрей Николаевич; [Место защиты: Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, С.-Петерб.]. - Санкт-Петербург, 2018. - 173 с.
51. Джандаров, Д.З. Сопряженное развитие физических и психических качеств боксеров 13-14 и 15-16 лет : автореф. дис. . канд. пед. наук / Д.З. Джандаров. М., 2003. - 27 с.
52. Дмитриев, С. В. От праксиса к логосу: междисциплинарные исследования в сфере биомеханики спорта / С. В. Дмитриев // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 12. – С. 8–11.

53. Донской, Д. Д. Законы движений в спорте: очерки по теории структурности движений / Д. Д. Донской. – М.: Изд-во «Советский спорт», 2015. – 178 с.
54. Доронина, М.Н. исследование влияния воображения на спортивный результат / М.Н. Доронина // Фундаментальные исследования. – 2015. - № 2-18. – С. 4017 – 4022.
55. Дранюк, О.И. Активизация познавательной деятельности юных яхтсменов в процессе применения методов проблемного обучения / О.И. Дранюк, В.А. Коновалов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта -2016. - № 6 (136). - С. 45-49.
56. Дроздовский, А. К. Инновационный потенциал двигательных методик Е. П. Ильина для измерения свойств нервной системы человека // Психология человека в образовании, 2020. Т. 2, № 1, С. 88–100.
57. Дружинин, В.Н. Когнитивные способности: структура, диагностика, развитие / В.Н. Дружинин. – Москва : ПерСе, 2001. – 223 с.
58. Дружинин, В. Н. Психология общих способностей. 3-е изд. / В. Н. Дружинин. – СПб. : Питер, 2007. – 368 с. : ил. – (Серия «Мастера психологии»).
59. Егоров, К.М. Теоретические основы формирования познавательной активности студентов в негосударственных учебных заведениях в условиях высшего профессионального образования /К.М. Егоров // Вестник Поморского университета. – Архангельск – 2007. – No 8. – С. 173-176.
60. Егурнова А.А. Эмоционально благоприятная атмосфера, как способ амплификации познавательной активности // Педагогический журнал, 2020. Т. 10. № 1А. С. 691 – 697.
61. Ежова, А.В. Зависимость эффективности участия волейболистов 17–18 лет в групповых тактических действиях от индивидуально-типологических свойств личности / А.В. Ежова, С.С. Даценко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – No 2 (96). – С 52–55.

62. Завьялов, А. А. Формирование победных действий начинающих борцов-школьников в вольной борьбе: Биомеханические аспекты: дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / А.А. Завьялов. - Красноярск, 2005. - 130 с.
63. Завьялов, Д.А. Теория ключевой двигательной компетенции в спортивной борьбе: дисс. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Д.А. Завьялов. - Красноярск, 2006. - 299 с.
64. Занков, Л.В. Избранные педагогические труды. — 3-е изд., дополн. — М.: Дом педагогики, 1999. — 608 с.
65. Запорожец, А. В. Избранные психологические труды : в 2-х т. / А. В. Запорожец, ред В. В. Давыдов, В. П. Зинченко; АПН СССР – М. : Педагогика, 1986 – Т. 1 : Психическое развитие ребенка. – 1986. – 320 с.
66. Захаров, Ф. Е. Повышение надежности выполнения коронных приемов борцами греко-римского стиля на основе индивидуализации скоростно-силовой подготовки : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Захаров Федор Евгеньевич; [Место защиты: Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, С.-Петерб.]. - Санкт-Петербург, 2013. - 150 с.
67. Зациорский, В. М. Влияние наследственности и среды на развитие двигательных качеств человека / В. М. Зациорский, Л. П. Сергиенко // Теория и практика физической культуры. – 1975. – № 6. – С. 22–29.
68. Зеер Э. Ф. Компетентностный подход к модернизации профессионального образования // Высшее образование в России. 2005. № 4. С. 23–30
69. Зелова, Т.Ф. Возрастные особенности соотношения развития двигательных и умственных способностей школьников / Т.Ф. Зелова, Е.М. Ревенко, В. А. Сальников // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - № 3. - С. 11-16.
70. Зимняя, И. А. Лингвопсихология речевой деятельности / И. А. Зимняя – М. : Московский психолого-социальный институт; Воронеж : НПО «МОДЭК», 2001. – 432 с.

71. Зимняя, И. А. Педагогическая психология / И. А. Зимняя. – М. : Логос, 2004. – 384 с.
72. Зинченко, П. А. Особенности познавательной сферы спортсменов как фактор успешности их обучения в вузе: дис. . канд. пед. наук / П.А. Зинченко. - М., 2001. - 140 с.
73. Зинченко, Т. П. Когнитивная и прикладная психология / Зинченко Т. П. – М. : МОДЭК, 2000. – 608 с.
74. Ивашко, С.Г. Взаимосвязь уровня развития памяти и внимания единоборцев с успешностью их соревновательной деятельности / С.Г. Ивашко, А.Р. Бойко, А.В. Дашкевич // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры. – 2016. – № 19. – С. 95-100.
75. Игтисамова Г.Р. Становление системы профессионального образования в дореволюционной России // Новые технологии. 2012. Вып. 1.
76. Игуменов, В. М. Теоретико-методические основы системы многолетней тренировки борцов высшей квалификации и пути повышения эффективности их подготовки в институтах физической культуры : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. М. Игуменов. – М., 1992. – 71 с.
77. Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология : учебник / Е. П. Ильин. – СПб. : Учеб. нового века, 2001. – 464 с.
78. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2012. 352 с.
79. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека : учеб. для вузов / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
80. Каштанов Н.А. Каноны каратэ. Формирование духовности средствами каратэ до. М., 2007 - 428 стр.
81. Киричук А.А. Кирсанов К. А. Глобальные проблемы образования. В 2-х т. М., Национальный институт бизнеса. 2005;
82. Киров, Г. А. Методика оценки специальной физической подготовленности борца с учетом особенностей ведения соревновательного поединка : автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1986. – 21 с.

83. Ключевые направления развития российского образования для достижения Целей и задач устойчивого развития в системе образования до 2035 г. // http://edu2035.firo-nir.ru/images/klyucheviye_napravleniya_full_text.pdf. Эл. ресурс. Дата обращения: 20.02.2024

84. Когнитивная психология. Учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина, Д. В. Ушакова. – М. : ПЭР СЭ, 2002. – 480 с.

85. Комиссарова, Е. И. Развитие речевых навыков и познавательной деятельности детей среднего дошкольного возраста посредством игры // Молодой ученый. – 2017. – № 46. – С. 288-291.

86. Компетентностный подход: Реферативный бюллетень. М.: РГГУ, 2005

87. Королева, Т.П. Принципы анализа взаимосвязи интеллектуальной и моторной деятельности юных спортсменов / Т.П. Королева // Теория и практика физической культуры. — 2003. - № 1. - С.35.37

88. Костенко, Е.Г. Обработка и статистический анализ результатов измерений в сфере физической культуры и спорта / Е.Г. Костенко, В.В. Лысенко // Фундаментальные и прикладные исследования по приоритетным направлениям биоэкологии и биотехнологии: сборник материалов III Всероссийской научно-практической конференции. – 2020. – С. 105–109.

89. Костюнина, Л.И. Компоненты, детерминирующие единство интеллектуальной и двигательной деятельности / Л.И. Костюнина, С.И. Колесник, Л.В. Разумова // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 7. – С. 102–104.

90. Костюнина, Л.И. Организационно-педагогические условия развития познавательных способностей спортсменов в процессе спортивной подготовки // Актуальные проблемы физиологии, физической культуры и спорта: сборник материалов международной научно-практической конференции. Министерство образования и науки РФ; Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова, 2015. – С. 185 – 190;

91. Костюнина, Л.И. Педагогическая концепция обеспечения согласованности двигательной и интеллектуальной деятельности в процессе

спортивной подготовки : автореферат дисс. ... док. пед. наук : 13.00.04 / Костюнина Любовь Ивановна; [Место защиты: Поволж. гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма]. - Набережные Челны, 2013. - 53 с.

92. Котова, Т. Г. Дифференциация обучения студентов институтов физической культуры технике спортивных единоборств с опорой на личностный опыт двигательной деятельности: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Котова Татьяна Германовна; [Место защиты: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тюменский государственный университет»]. - Тюмень, 2015. - 269 с

93. Коц, Я. М. Спортивная физиология / Я. М. Коц. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – С. 145–165.

94. Краткий словарь когнитивных терминов / под общ. ред. Е. С. Кубряковой. – М. : МГУ, 1996. – 245 с.

95. Крутецкий, В. А. Психология обучения и воспитания школьников / В. А. Крутецкий. – Москва: Просвещение, 1976. – 303 с.

96. Кубасов, Ю. А. Технология преподавания единоборств юношам 13-15 лет, направленная на сопряженное формирование их познавательных способностей и двигательных действий / Ю. А. Кубасов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 10(212). – С. 214-222. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.10.p214-222.

97. Кубасов, Ю. А. Модель сопряженного формирования познавательных способностей и двигательных действий юношей 13-15 лет в процессе занятий единоборствами / Ю. А. Кубасов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 8(210). – С. 163-169. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.8.p163-170.

98. Кубасов, Ю. А. Инновационные технологии преподавания спортивных дисциплин / Ю. А. Кубасов // Управление образованием: теория и практика. – 2023. – № 12-2(73). – С. 179-185. – DOI 10.25726/f7479-3597-8837-x.

99. Кубасов, Ю. А. Индивидуализация в технологиях преподавания спортивных дисциплин / Ю. А. Кубасов // Управление образованием: теория и практика. – 2023. – № 12-2(73). – С. 236-243. – DOI 10.25726/z6562-1464-1090-n.

100. Кубасов, Ю. А. Теоретические основы формирования общекультурных компетенций у обучающихся СПО спортивного профиля / Ю. А. Кубасов // Управление образованием: теория и практика. – 2024. – № 3-2. – С. 17-23. – DOI 10.25726/x2517-2063-6674-a.

101. Кубасов, Ю. А. Управление формированием общекультурных компетенций в системе физического воспитания студентов СПО через единоборства / Ю. А. Кубасов // Управление образованием: теория и практика. – 2024. – № 7-1. – С. 211-219. – DOI 10.25726/b0177-0402-8780-a.

102. Кубрякова, Е. С. Части речи с когнитивной точки зрения / Е. С. Кубрякова. – М. : ИЯ РАН, ТГУ, 1997. – 331 с.

103. Кузьменко, Г.А. Влияние ценностных ориентаций на динамику активности юных спортсменов / Г.А. Кузьменко, А.Г. Кузьменко / Материалы XVII Международной научно-практической конференции по проблемам физического воспитания учащихся «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире». – Коломна: КГПИ, 2007. – 333–337 с.

104. Кузьменко, Г.А. Методика организации теоретической подготовки юного спортсмена в условиях познавательно-исследовательской деятельности / Г.А. Кузьменко // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2010. – № 9. – С. 78–111.

105. Кузьменко, Г.А. Педагогические условия использования образовательных технологий в процессе становления личности ребенка-спортсмена / Г.А. Кузьменко / Современные технологии образования: Сборник научных трудов 6-й межрегиональной заочной научно-практической конференции. – Магнитогорск: МаГУ, 2006. – 188 с. – С. 48–53.

106. Кузьменко, Г.А. Процессуальные характеристики проявления оперативного мышления у юных единоборцев / Г.А. Кузьменко / Материалы V Международной научно-практической конференции психологов физической

культуры и спорта «Рудиковские чтения» (2–5 июня 2009 г). – М.: Анита-Пресс, 2009. – С. 248–251.

107. Кузьменко, Г.А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности: теоретико-методологические и организационные предпосылки. Монография / Г.А. Кузьменко. М.: Прометей. 2013.

108. Кузьменко, Г.А. Содержательные аспекты педагогического контроля и самоконтроля ребенка в процессе спортивной деятельности / Г.А. Кузьменко // Спорт, спартианское движение и культура мира : материалы Междунар. науч. конф. – М.: РГУФКСМиТ, 2007. – С. 86–91.

109. Кузьменко, Г.А. Технология интеллектуального развития в детско-юношеском спорте: монография / Г.А. Кузьменко. – Москва : МПГУ, 2017. – 460 с.

110. Кузьмина Н. В. Профессионализм личности преподавателя и мастера производственного обучения. М.: Высшая школа, 1990

111. Кумбс, Г. Филипп. Кризис образования в современном мире: Системный анализ. М., Прогресс, 1970 и др.

112. Леонтьев, А. А. Основы психолингвистики: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. – 4-е изд., испр. – М. : Смысл; Издательский центр «Академия», 2005. – 288 с.

113. Леонтьев, А. Н. Избранные психологические. Под общ. ред. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко и др. : В 2-х т. – Т. 2. – М. : Педагогика, 1983. – 320 с., ил. – (Труды д. чл. и чл.- кор. АПН СССР).

114. Леонтьев, А. А. Деятельный ум (Деятельность, Знак, Личность); редактор О. В. Квасова. – М. : Смысл, 2001. – 392 с. – (Серия «Фундаментальная психология»).

115. Лесгафт П. Ф. Избранные педагогические. М., 1990.

116. Литвинов, С.А. Использование инновационных технологий обучения в восточных единоборствах / С.А. Литвинов // Современные наукоемкие технологии. - 2016. - № 12-2. - С. 373-377.

117. Лобанов, А.П. Когнитивная психология. М.: ИНФА-М, 2014. - 376 с.

118. Лобастова, К.Ю. Методика начального обучения в единоборствах с применением основ теории решения исследовательских задач // Строим инновационную экономику и научно-технический прогресс вместе. Материалы заседания рабочей группы седьмого этапа проекта «Погружение». Издательство: ПОЛИГРАФМАШ, 2018. – С. 80-86.

119. Луговских, Т.Н. Проектирование образовательной среды, обеспечивающей прогрессирующее развитие спортивных и учебных достижений у подростков-единоборцев в условиях интеграции требований деятельности / Т.Н. Луговских // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. - № 3 (157). – С. 204 – 209.

120. Лурия, А. Р. Лекции по общей психологии. СПб.: Питер, 2006. – 320 с. : ил. – (Серия «Мастера психологии»).

121. Лушников, А.Ю. Формирование специализированных восприятий у юных дзюдоистов : автореф. дис. . канд. пед. наук / А.Ю. Лушников. - М., 2010. - 24 с.

122. Макаренко А.С. Педагогическая поэма. М.: Педагогика, 1981

123. Маклаков, А.Г. Основные характеристики свойств внимания / А.Г. Маклаков // Общая психология: Учебник. - СПб.: Питер, 2015. - С. 366-369.

124. Малиновский, С. В. Реализация проблемных ситуаций тактико-технических задач с помощью технических средств обучения / С. В. Малиновский, В. Г. Пашинцев // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 2. – С. 46–49.

125. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. М.: Сов. спорт, 2010;

126. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания). Учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля. 4-е изд. М.: Спорт, 2021.

127. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: [учебник] / Л. П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - Москва: Физкультура и Спорт: СпортАкадемПресс, 2008. - 542 с.
128. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М.: Сов. спорт, 2010. – 340 с.
129. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки. / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 280 с.
130. Менхин, Ю. В. К проблеме понимания и формирования двигательного навыка / Ю.В. Менхин // Теория и практика физической культуры. – 2007. - № 2. – С.
131. Менькова С.В. Теоретико-методические основы интеграции двигательной и познавательной деятельности детей школьного возраста: автореф. дисс. . д-ра пед. наук. СПб., 1998.
132. Миллер, А. Е. Повышение уровня надежности защитных тактико-технических действий дзюдоистов высокой квалификации : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / А. Е. Миллер ; УралГАФК. – Челябинск, 1999. – 20 с.
133. Моисеев Н. М. Структура процесса обучения двигательным действиям // Теория и методика физической культуры: учеб. Пособие. СПб., 1999. С. 95–97;
134. Моисеев, Н. М. Структура процесса обучения двигательным действиям / Н.М. Моисеев // Теория и методика физической культуры : учеб. пособие / под ред. Ю. Ф. Курамшина, В. И. Попова. – СПб., 1999. – С. 95–97.
135. Москатова, А. К. Влияние генетических и средовых факторов на развитие моторной способности : лекции для слушателей фак. усовершенствования / А. К. Москатова. – М. : Изд-во ГЦОЛИФКа, 1983. – 39 с.
136. Москвин Н.Г., Головин В.В. Влияние восточных боевых искусств на нравственный потенциал (на примере каратэ) // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г. РГУФКСМиТ, 2016

137. Назаренко, Л.Д. Проблема интеллектуальной подготовки спортсменов / Л.Д. Назаренко, Л.И. Костюнина // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. - 2012. - № 1 (22). - С. 86-92.
138. Назаров, А.И. Психологическая структура двигательного действия // Теория и практика физической культуры. 2009. - №2. - С. 8-13.
139. Найссер, У. Познание и реальность. М. : Прогресс, 1981. – 230 с.
140. Настенко, В. Т. Взаимосвязь уровня тактико-технического мастерства борцов с показателями мышечно-суставной чувствительности. Методика развития и совершенствования скоростно-силовых качеств и выносливости у борцов / В. Т. Настенко, Г. В. Силин // Спортивная борьба. – 1982. – С. 69–70.
141. Нелюбин, В. В. Развитие теории и практики классификаций тактико-технических действий в спортивной борьбе : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 / В. В. Нелюбин ; ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 44 с.
142. Немов, Р. С. Психология. В 3 кн. / кн.1. : Общие основы психологии: учебн. для студ. высш. пед. учебн. заведений / Роберт Семенович Немов. – 5-е изд. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. – 687 с.
143. Никитюк, Б. А. Генетические маркеры и их роль в спортивном отборе / Б. А. Никитюк // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 1. – С. 40–42.
144. Никоноров, Б. Методические рекомендации по обучению боксеров-новичков / Б. Никоноров. – М. : Комитет по ФКиС г. Москвы, 1999. – 64 с.
145. Новиков, А. А. Основы спортивного мастерства / А. А. Новиков. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Советский спорт, 2012. - 255 с.
146. Новиков, А. А. Педагогические основы технико-тактического мастерства в спортивных единоборствах: на примере спортивной борьбы : автореф. дис. ... д-ра пед. наук в виде науч. докл. / А. А. Новиков. – М., 2000. – 62 с.
147. Нургалиев, В.С. Развитие воображения у субъекта в процессе когнитивной деятельности: монография / В.С. Нургалиев. - Красноярск: СибГТУ, 2007. - 272 с.

148. Огородникова, Л.А. Психологические основы спортивного отбора Основы отбора, прогноза и контроля в спорте: монография / Л.А. Огородникова, под ред. В.В. Афанасьева. - Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2008. - С. 215-263.

149. Озеров В. П. Диагностика и формирование познавательных способностей учащихся : учеб. пособие / В. П. Озеров, О. В. Соловьева. – Ставрополь, 1999. – 112 с.

150. Озеров, В. П. Психомоторные способности человека. Дубна : Феникс, 2002. – 320 с.

151. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: ООО Астрель, 2002. – 864 с.

152. Павлов, А. Е. Совершенствование системы управления подготовкой спортивных резервов в единоборствах : автореферат дис. ... доктора педагогических наук : 13.00.04 / Павлов Александр Емельянович; [Место защиты: Бурят. гос. ун-т]. - Улан-Удэ, 2012. - 42 с.

153. Павлова, О.И. Педагогическая технология управления содержанием и структурой многолетней подготовки юных спортсменов в беговых видах легкой атлетики : автореф. дис. . д-ра пед. наук / О.И. Павлова. М., 2005. - 72 с.

154. Пархоменко Е.А. Особенности сформированности саморегуляции как компонента психологической культуры у спортсменов подросткового и юношеского возраста / Е.А. Пархоменко, А.А. Дубовова // Рудиковские чтения – 2020: материалы XVI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / под общей редакцией Ю.В. Байковского, В.Ф. Сопова, В.А. Москвина. – 2020. – С. 192–195.

155. Пархоменко, Е.А. Особенности личностного и интеллектуального развития спортсменов в условиях ранней профессионализации : дис. . канд. пед. наук / Е.А. Пархоменко. -Краснодар, 2002. - 194 с.

156. Пашкова, Ю. А. Развитие познавательных способностей учащихся средствами интеллектуальных и социально-психологических тренингов: дисс. ... канд. пед. наук : 19.00.07 / Ю. А. Пашкова ; Ставро. гос. ун-т – Ставрополь, 2000. – 251 с.

157. Педагогические технологии: Учебное пособие для студентов педагогических специальностей / Под общей ред. В.С.Кукушкина. Москва. : МКЦ «МарТ»; Ростов н/Д : изд. Центр «МарТ», 2004. - 336 с.

158. Передельский, А.А. Философия, педагогика и психология единоборств : монография / А.А. Передельский. М. : Физическая культура, 2008. - 168 с.

159. Першин, Ю.Л. Использование инновационных технологий при проведении занятий в секции единоборств / Ю.Л. Першин, А.М. Сурков, Р.В. Гежа // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях. Материалы Международной научно-практической конференции. Издательство: Чувашская государственная сельскохозяйственная академия, 2020. – С. 319 – 322.

160. Пиаже, Ж. Психология интеллекта / Ж. Пиаже. СПб. : Питер, 2003.- 192 с.

161. Пилюн, Р.А. Индивидуализация подготовки спортсменов в видах единоборств: автореф. дис. . докт. пед. наук / Р.А. Пилюн. - М., 1985. - 50 с.

162. Пискунова, Е. В. Сопряженное развитие физических и интеллектуальных способностей детей младшего школьного возраста на мотивационной основе: дисс. канд. пед. наук / Е.В. Пискунова. - Уфа, 2003. - 133 с.

163. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Владимир Николаевич Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

164. Плешаков, А.А., Сафронов Е.Л. Взаимосвязь эффективности соревновательно-игровой деятельности с развитием познавательной сферы спортсменов // Современные проблемы и перспективы развития системы подготовки спортивного резерва в преддверии XXXI Олимпийских игр в Рио-де-Жанейро. Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием. Поволжская ГАФКСиТ. Издательство: Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, 2015. С. 301 – 302.

165. Пломин, Р. Генетика и когнитивные способности / Р. Пломин, Т.С. Прайс // Иностранная психология, 2001. – № 14. – С. 6.
166. Познавательная активность и память / под ред. Н.И. Чуприковой. 2-е изд., испр. и доп. - М. : МПСИ; Воронеж : МОДЭК, 2010. - 224 с.
167. Потапова, Т. В. Адаптивно-компенсаторные реакции организма юных спортсменов на нагрузки прогрессивной тренировки и восстановления : монография / Т. В. Потапова, В. В. Эрлих, А. М. Мкртумян ; Российская Федерация, М-во образования и науки, Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО Тюменский гос. ун-т [и др.]. - Тюмень : Изд-во Тюмен. гос. ун-та, 2008. - 342 с.
168. Практикум по дифференциальной психофизиологии / сост. С.Г. Розенталь, А.В. Яковлев, Яфарова Г.Г.. – Казань: Казан. ун-т, 2015.
169. Практическое мышление: теоретические проблемы и прикладные аспекты : монография / под ред. А.В. Карпова и Ю.К. Корнилова ; Яросл. гос. ун-т. Ярославль : ЯрГУ, 2007. - 440 с.
170. Профессиональный стандарт: 05 Физическая культура и спорт; 05.012 Тренер-преподаватель. Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. N 952н (в ред. Приказа Минтруда России от 30.08.2023 N 686н)
171. Прядехо, А. А. О сущности педагогических технологий как алгоритма взаимодействия / А.А. Прядехо, А.Н. Прядехо, А.П. Тонких // Образование и общество, 2018. - № 3-4 (110 - 111). – С. 81 – 83.
172. Прядехо, А.А. Прогнозирование как компонент познавательных способностей / А.А. Прядехо, А.Н. Прядехо // Вестник Брянского государственного университета. – 2014. - № 1. – С. 79 – 84.
173. Психология памяти / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер и В. Я. Романова. – М. : ЧеРо, 2000. – 816 с., ил. – (Серия: Хрестоматия по психологии).
174. Радионова Н.Ф. Реализация компетентного подхода при изучении магистрантами курса "Педагогическое проектирование образовательного процесса в вузе" // Письма в Эмиссия.Оффлайн (The Emissia.Offline Letters): электронный

научный журнал. 2019. №12 (декабрь). ART 2795. URL: <http://emissia.org/offline/2019/2795.htm>. Дата обращения: 28.02.2024

175. Раевский, Р. Т. Физическое воспитание как составная часть образования учащейся молодежи / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский, А. В. Домашенко // Теорія і практика фізичного виховання. – 2002. – № 1. – С. 31–37.

176. Ратов, И. П. Использование технических средств и методических приёмов «искусственной управляющей среды» в подготовке спортсменов / И. П. Ратов // Современная система спортивной подготовки. – М. : [б. и.], 1995. – С. 323–337.

177. Ревенко, Е.М. Вектор реализации сопряженного двигательного и умственного развития / Е.М. Ревенко, В.А. Сальников // Вестник ТГУ: Психология и педагогика. 2011. - № 2(343). - С. 195-198.

178. Ревенко, Е.М. Соотношение динамики двигательных и умственных способностей у студентов / Е.М. Ревенко, В.А. Сальников // Теория и практика физической культуры. - 2008. - № 11. - С. 24-30.

179. Родионов, А.В. Принципы психофизического сопряжения в подготовке спортсменов-единоборцев высокой квалификации / А.В. Родионов // Теория и практика физической культуры. - 2001. - № 11. - С. 34-36

180. Родионов, А.В. Психолого-педагогические методы повышения эффективности решения оперативных задач в спорте : автореф. дис. . д-ра пед. наук / А.В. Родионов. М., 1990. - 43 с.

181. Розенбаум, Д. А. Когнитивная психология и управление движением : сходство между вербальным и моторным воспроизведением / Д.А. Розенбаум // Управление движениями / под ред. А.А. Митькин, Г. Пик. - М. : Наука, 1990. - С. 82-90.

182. Романенко, В. А. Диагностика двигательных способностей : учеб. пособие / В. А. Романенко. – Донецк : Изд-во ДонНУ, 2005. – 290 с.

183. Романенко, Е. В. Особенность востребованных профессиональных компетенций тренеров-преподавателей // Молодой ученый. 2020. № 52 (342). С. 433-435

184. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / Сергей Леонидович Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2007. – 713 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
185. Рудаков Н. Боевые искусства и формирование моральных качеств человека // Эл.ресурс <https://rsbi.ru/articles/320?ysclid=ltnakm1hi4835378530>. Дата обращения: 20.02.2024
186. Саганов, О. Н. Методика обучения слитным атакующим технико-тактическим действиям борцов вольного стиля : дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.Н. Саганов. - Улан-Удэ, 2003. - 136 с.
187. Сапогова, Е.Е. Психология развития человека: учебное пособие / Е.Е. Сапогова. – М: Изд-во Аспект Пресс, 2005. – 450 с.
188. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий. В 2-х т. М., 2006
189. Селуянов, В.Н. Научные и методические основы разработки инновационных спортивных педагогических технологий / В.Н. Селуянов // Теория и практика физической культуры. - 2003. - № 5. - С. 23-30.
190. Семенова, Т.А. Технология поэтапного обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста / Т.А. Семенова // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 6. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=16152>
191. Сивицкий, В.Г. Диагностика тактических умений спортсменов методами имитации типичных соревновательных ситуаций: (на примере фехтования) : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.Г. Сивицкий. – М., 1995. – 26 с.
192. Скрипченко, И.Т. Развитие точности восприятия расстояния в спортивном ориентировании / И.Т. Скрипченко, Ж.Л. Козина // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2009. - № 4. - С. 117-121.
193. Смертин, Ю.А. Обучение тактико-техническим действиям юных борцов посредством заданий по решению эпизодов поединка : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Ю.А. Смертин. – Омск, 1991. – 18 с.

194. Солодянников, В.А. Технология в подготовке специалистов и обучении двигательным действиям : монография / В.А. Солодянников. -СПб. : Петрополис, 2002. - 87 с.
195. Соломин В.П., Набок И.Л.. Междисциплинарная интеграция как вектор развития современной педагогики // UNIVERSUM: Вестник Герценовского университета. №3, 2012. С. 5
196. Солсо, Р. Когнитивная психология : монография / Р. Л. Солсо; пер. с англ. Н. Ю. Спомиора. – СПб. : Питер, 2002. – 592 с. : ил. – (Серия «Мастера психологии»).
197. Стамбулов, А.В. Исследование некоторых особенностей динамики и взаимосвязей физического, психомоторного интеллектуального развития в подростковый период : автореф. дис. . канд. психол. наук / А.В. Стамбулов. - Д., 1981. - 20 с.
198. Стародубцева, И.В. Современные аспекты взаимосвязи умственного и физического воспитания / И.В. Стародубцева // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. - 2007. - № 2. - С. 31-49.
199. Степанов, С.В. Организация и методика обучения спортивным видам единоборств: учебное пособие / С.В. Степанов, Е.В. Головихин. – Екатеринбург, 2007. – 130 с.
200. Стратегия развития национальной системы квалификаций Российской Федерации на период до 2030 года (одобрена Национальным советом при Президенте РФ по профессиональным квалификациям (протокол от 12 марта 2021 г. N 51). Эл. ресурс. <https://nspkrf.ru/documents.html>. Дата обращения: 20.02.2024
201. Сырникова, Н. А. К вопросу о системной трактовке интеллекта / Н. А. Сырникова // Ученые записки института непрерывного педагогического образования: сб. статей – Великий Новгород, 1999. – С. 148-151.
202. Сысоев, А.В. Повышение эффективности соревновательной деятельности на основе развития познавательной активности баскетболисток 13-15 лет : автореф. дис. . канд. пед. наук / А.В. Сысоев. - СПб., 2012. - 25 с.

203. Таймазов, В.А. Психофизиологическое состояние спортсмена : методы оценки и коррекции / В.А. Таймазов, Я.В. Голуб. СПб. : Олимп, 2004. - 399 с.
204. Таможникова, И.С. Когнитивная тренировка как метод коррекции ментальных способностей у детей – спортсменов / И.С. Таможникова // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. - 2021. - Т. 98. - № 3-2. - С. 187.
205. Тарасевич, Г.А. Специализированные восприятия у пловцов-кролистов на этапе базовой подготовки : автореф. канд. . пед. наук / Г.А. Тарасевич. - Омск, 2010. - 24 с.
206. Тимербаев, О.М. Обучение тактическим действиям юных каратистов в спроектированных ситуациях соревновательного поединка / О.М. Тимербаев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – No 1 (95). – С 154–156.
207. Трифонов, В.В. Сопряженность силы нервных процессов с когнитивными способностями человека в условиях стресса / В.В. Трифонов // Восток – Россия – Запад. Физическая культура, спорт и здоровый образ жизни в XXI веке. Материалы XXII международного симпозиума. Калининград Издательство: Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта, 2021. – С. 134 – 138.
208. Троянская С.Л. Общекультурная компетентность: опыт определения и структурирования // Культурно-историческая психология. 2008. № 2. С. 19-23.
209. Туманян, Г. С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г. С. Туманян. - Москва : Советский спорт, 2006. – 492 с.
210. Узнадзе, Д. Н. Общая психология / Дмитрий Николаевич Узнадзе; пер. с грузинского Е. Ш. Чомахидзе; под ред. И. В. Имедадзе. – М. : Смысл; СПб. : Питер, 2004. – 413 с.
211. Ушакова, Т. Н. Речь человека в общении / Т. Н. Ушакова , Н. Д. Павлова, И. А. Зачесова. – М. : Наука, 1989. – 193 с.
212. Фарфель В.С. Управление движениями в спорте. М., «Физкультура и спорт», 1975. 208 с.

213. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Эл.ресурс

214. Федеральный закон № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся»

215. Федеральный закон № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». Эл. Ресурс

216. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (Приказ № 968 от 11.11.2022)

217. Федоскина, Е.М. Анализ когнитивной сферы юных фехтовальщиков / Е.М. Федоскина, В.В. Князева // Актуальные проблемы физической культуры и спорта

Материалы IX Международной научно-практической конференции. Издательство: Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева (Чебоксары), 2019. – С. 459 – 464.

218. Филин, В. П. Теория и методика юношеского спорта : учеб. пособие / В. П. Филин. – М. : ФиС, 1987. – 128 с.

219. Халафян, А.А. STATISTIC A 6. Статистический анализ данных. 3-е изд. Учебник / А.А. Халафян — М.: ООО «Бином-Пресс», 2007. – 512 с.

220. Холодная, М. А. Когнитивные стили. О природе индивидуального ума / М. А. Холодная. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2004. – 384с. : ил. – (Серия «Мастера психологии»)

221. Холодная, М. А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования / Холодная М. А. – СПб. : Питер, 2002. – 272 с.

222. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2003. – 480 с.

223. Ципин, Л. Л. Биомеханическое обоснование принципов и методов оптимизации упражнений специальной силовой направленности в циклических

видах спорта и спортивных единоборствах : дисс. ... док. пед. наук : 01.02.08 / Ципин Леонид Львович; [Место защиты: Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, С.-Петерб.]. - Санкт-Петербург, 2018. - 486 с.

224. Черкесов, Т.Ю. Сопряженное развитие двигательных возможностей спортсменов в условиях, создаваемых модернизированной машиной управляющего воздействия : автореф. дис. . канд. пед. наук / Т.Ю. Черкесов. - Нальчик, 2001. - 26 с.

225. Чивчи-Баши, С. В. Сопряженное воздействие различных средств и методов общей физической подготовки на повышение эффективности учебно-тренировочного процесса борцов вольного стиля : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / С.В. Чивчи-Баши. - Санкт-Петербург, 2003. - 156 с.

226. Чуприкова, Н. И. Принцип дифференциации когнитивных структур в умственном развитии, обучение и интеллект / Н.И. Чуприкова // Вопросы психологии: сб. статей : в 5 ч. – Москва, 1990. – Ч.5. – С. 31-39.

227. Чхаидзе Л. В. Об управлении движениями человека / Л. В. Чхаидзе. – М. : Физкультура и спорт, 1970. – 136 с.

228. Шадриков, В. Д. Деятельность и способности / В. Д. Шадриков. – Москва: Логос, 1994. – 315 с.

229. Шадриков, В. Д. Психология деятельности и способности человека / В. Д. Шадриков. – Москва: Логос, 1996. – 320 с.

230. Шевченко, Д.В. Концептуальные основы построения тренировочного процесса в спортивных единоборствах / Д.В. Шевченко, Ю.А. Смирнов // Всероссийская научно-методическая конференция «Инновационные подходы в подготовке специалистов для физической культуры и спорта». - Волгоград: ВГАФК, 2008. - С. 148-149.

231. Шелков, О. М. Теоретико-методологические подходы к выявлению и развитию спортивной одаренности / О. М. Шелков [и. др.] // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 3. – С. 31–35.

232. Шестакова, З.А. Исследовательская деятельность юных спортсменов как средство их интеллектуальной и спортивной самореализации / З.А. Шестакова

// Физическая культура, спорт, наука и образование. Материалы II всероссийской научной конференции. Под редакцией С.С. Гуляевой, А.Ф. Сыроватской. Издательство: ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта», 2018. – С. 568 – 571.

233. Шулика, Ю. А. Классификация техники спортивной борьбы по биомеханическим признакам и пути повышения качества технико-тактической подготовки борцов : учеб.-метод. разраб. / Ю. А. Шулика. – Краснодар : [б. и.], 1985. – 71 с.

234. Шулика, Ю. А. Многолетняя технико-тактическая подготовка борцов : автореф. дисс. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 / Ю. А. Шулика. – М. : [б. и.], 1990. – 37 с.

235. Шумаков, Ю. И. Методика начального обучения технике ведения единоборства в борьбе дзюдо с применением игр-заданий / Ю. И. Шумаков, Р. М. Закиров, А. В. Еганов // Спорт и личность : материалы Науч.-практ. конф. – Челябинск : [б. и.], 2000. – С. 28–31.

236. Щедровицкий Г.П. Система педагогических исследований (методологический анализ) // Педагогика и логика. Касталь, 1998. С. 17

237. Щетинина, В.В. Обновление подходов к формированию познавательной активности дошкольников / В.В. Щетинина // Вектор науки ТГУ. – 2012. – № 4 (22). – С. 441-444.

238. Щукина, Г. И. Педагогические проблемы формирования познавательных интересов учащихся / Г. И. Щукина. – Москва: Педагогика, 1988. – 203 с.

239. Эльконин, Д.Б. Детская психология / Д.Б. Эльконин. – М.: Наука, 2014. – 432 с.

240. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике, 2013. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: http://psychology_pedagogy.academic.ru/19183/

241. Ямалетдинова Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций. Минобрнауки РФ - Урал. федер. ун-т. Екатеринбург, Изд-во Урал. ун-та, 2014.
242. Boyd, M. Cognitive-Affective and Behavioral Correlates of Self-Schemata in Sport / M. Boyd, Z. Yin // Journal of Sport Behavior. Vol. 22. -1999.-P. 9-12.
243. Brenner R. A. Association between swimming lessons and drowning in childhood: a case-control study / R. A. Brenner, G. S. Taneja, D. L. Haynie [et al.] // Arch. Pediatr. Adolesc. Med. – 2009. – № 163 (3). – P. 203–210.
244. Coordination Motor Abilities in Scientific Research : monografy / ed. J. Sadowski. – Biala Podlaska : International Association of sport kinetics, 2005. – 470 p.
245. Cox, R.H. Sport psychology : concepts and applications / R.H. Cox.- 6th ed. New York : McGraw-Hill Higher Education, 2007. - 532 p.
246. Gray, R. Attending to the execution of a complex sensorimotor skill / R. Gray // Expertise differences, choking, and slumps. Journal of Experimental Psychology : Applied. 2004. - № 10(1). - P. 42-54.
247. Hall C.R& et al. Sport Imagery Questionnaire: Test Manual. - West Virginia: Fitness Information Technology, 2005.
248. Heather, K. Titley Rapid Consolidation of Motor Memory in the Vestibuloocular Reflex. By / K. Heather // Journal of Neurophysiology. 2007. - Vol. 98. - Issue 6. - P. 3809-3812.
249. Manteufel, U. Cognition in der sport lichen Tätigkeit / U. Manteufel, P. Kunath., H. Schellenberger // Tätigkeitsorientierte Sportpsychologie. -Frankfurt am Main : Verlag Harri Deutsch, 1991. P. 83-105.
250. Martin K.A., Moritz S.E., Hall C.R. Imagery use in sport: A literature review and applied model // The Sport Psychologist. - 1999. - no. 13. - P. 245-268.
251. Pers R. T. Cognitive Learning Style: A Review of the Field Dependent Field Independent Approach // Journal of Vocational Education and Training. 2002. - Vol. 54, No. 1. - P. 117-132.

252. Poolton, J. The relationship between errorless learning conditions and subsequent performance / J. Poolton., R. Master and J. Maxwell // Human Movements Science. 2005. - № 24. - P. 362-378.

253. Rathschlag M., Memmert D . The influence of self-generated emotions on physical performance: An investigation of happiness, anger, anxiety, and sadness. / Rathschlag, Marco; Memmert, Daniel. – In: International Journal of Sport and Exercise Psychology, No 35, 2014, p. 197–210.

254. Voight, M. Integrating Metal-Skills Training into Everyday Coaching / M. Voight // JOPERD The Journal of Physical Education, Recreation & Dance. -2005. - Vol. 76. - P. 39-60.

255. Williams, L.R.T. Cognitive Style in Adolescent Athletes / L.R.T. Williams., Mark H. Anshel // Journal of Sport Behavior. 2000. - Vol. 23. - P. 3-28.

256. Wolf S. One for all and all for one – relating team cohesion to the precompetitive emotional response / Köln : Deutsche Sporthochschule Köln, 2014. – 103 p.

257. Wulf, G. Instructions for motor learning: Differential effects of internal vs. external focus of attention / G. Wulf, M. Hoess, W. & Prinz// Journal of Motor Behavior. 1998. - № 30. - P. 169-179.

258. Wulf, G. Attention in motor learning: Preference for and advantages of an external focus. Research Quarterly for Exercise and Sport / G. Wulf, C. Shea, J. & Park. 2001. - P. 335-344.

259. Zhang L. F. Field-Dependence/Independence: Cognitive Style Or Perceptual Ability? Validating Against Thinking Styles and Academic Achievement // Personality and Individual Differences, 2004.

СПИСОК ИЛЛЮСТРАТИВНОГО МАТЕРИАЛА

Таблица 1. Соответствие требований ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура Профстандарту «05.012 Тренер-преподаватель, включая предполагаемые компоненты общекультурных компетенций	26
Таблица 2. Примеры возможностей использования потенциала единоборств в формировании общекультурных компетенций	32
Таблица 3. Модель формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами	69
Таблица 4. Этапы формирования общекультурных компетенций и формы текущего контроля	72
Таблица 5. Уровни сформированности общекультурных компетенций	75
Таблица 6. Структура модели формирования общекультурных компетенций обучающихся спортивного колледжа в условиях занятий единоборствами	83
Рисунок 1. Технология преподавания единоборств, направленная на сопряженное формирование двигательных действий, познавательных способностей и общекультурных компетенций	86
Таблица 7. Оценка технико-тактического мастерства	100
Таблица 8. Критерии оценки технико-тактических действий в борцовских приемах спортсменов при выполнении технико-тактических действий	103
Таблица 9. Диагностическая шкала оценки нервной системы обучающихся	106
Таблица 10. Системная диагностика подготовленности спортсмена в призме компонентов общекультурных компетенций	112
Рисунок 2. Распределение участников констатирующего этапа эксперимента по силе нервной системы	125
Рисунок 3. Результаты теста Рокича на констатирующем этапе	126
Таблица 11. Результаты тестирования уровня сформированности общекультурных компетенций в контрольной и экспериментальной группах	127

Рисунок 4. Исходный уровень сформированности общекультурных компетенций	127
Таблица 12. Количественные характеристики параметров обучения в спортивных единоборствах	129
Рисунок 5. Алгоритм формирования двигательного умения и его параметры	130
Рисунок 6. Результаты теста Рокича на экспериментально-рефлексивном этапе	132
Таблица 13. Показатели уровней развития познавательной мотивации у юношей контрольной и экспериментальной групп в начале и в конце эксперимента (ценностно-мотивационный компонент)	136
Таблица 14. Показатели уровней сформированности ОК 1,3,8 (ценностно-мотивационный компонент)	137
Таблица 15. Результаты диагностики мотивации успеха и мотивации боязни неудач у спортсменов контрольной и экспериментальной группы в начале и по окончании эксперимента (ценностно-мотивационный компонент)	138
Таблица 16. Результаты оценки субъектного компонента (локус контроля, коммуникативная толерантность) и операционно-деятельностного (креативность) двигательной компетенции обучающихся, $X \pm \sigma$	140
Таблица 17. Результаты «Стресс-теста» у контрольной и экспериментальной групп до и после педагогического эксперимента, $X \pm \sigma$	141
Таблица 18. Результаты тестирования уровня сформированности общекультурных компетенций в контрольной и экспериментальной группах	143
Рисунок 7. Сформированность компетенций в КГ и ЭГ до и после эксперимента	144

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1.

Фонд оценочных средств сформированности общекультурных компетенций

Кейс 1.

ПОДГОТОВКА ОРГАНИЗАЦИОННОГО ПРОЕКТА (в отрасли физической культуры и спорта)

Условия выполнения: по группам 5-6 человек

Блок 1. Моделирование содержания проекта.

Описание проекта, возможные партнеры проекта, коммуникативная компания - письменно

Блок 2. Разработка этапов реализации проекта

Составление плана реализации проекта, программы проекта, пресс-релиза, официальных писем-приглашений

Блок 3. Составление бизнес-плана проекта

Подготовка сметы проекта

Блок 4. Подготовка презентации

Оформление презентации (Microsoft PowerPoint, Adobe Photoshop, Adobe Illustrator), распределение ролей участников группы

Блок 5. Представление результатов работы по группам

Выступление участников, совместное обсуждение, подведение итогов

Критерии оценивания:

1) соответствие проекта представляемым целям и задачам;

- 2) реалистичность плана реализации и бизнес-плана;
- 3) ясная концепция коммуникативного продвижения проекта;
- 4) фиксированный вклад каждого участника группы в разработке и презентации проекта

Кейс 2.

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ (моделирование педагогической ситуации)

Анализируется структура, содержание и методика проведения занятий, средства, методы, режимы работы, дозировка физических упражнений. Осуществлялся сравнительный анализ эффективности влияния занятий по боевому самбо по разным технологиям на успешность овладения техникой вида спорта. Наблюдение характеризуется как «открытое» (поскольку исследуемые знали, что за ними проводится наблюдение), «непрерывное» (соответствовало продолжительности всего педагогического эксперимента) и «включенное» (поскольку исследователь был участником педагогического процесса).

Кейс 3.

ЭКСПЕРТНЫЙ АНАЛИЗ ПОЕДИНКА (моделирование экспертной деятельности)

Используемый материал: видеозапись.

Для анализа соревновательной деятельности используют различные способы нотационной записи с помощью специальных символов.

Используется алгоритм исследования:

- 1) фиксирование действий спортсменов в поединках;
- 2) составление сводных протоколов поединков;
- 3) математическая обработка для определения конкретных показателей и характеристик;

4) анализ и интерпретация полученных результатов соревновательной деятельности.

Для изучения объема соревновательных действий анализ видеоматериалов проводится по следующим параметрам: исход соревновательных поединков в боевом самбо (количество побед по очкам и досрочно), длительность соревновательных поединков в боевом самбо, результативность (количество технических действий по баллам), длительность борьбы в стойке и в партере отдельно, разнообразие (количество технических действий различных классификационных групп) технических действий.

В ходе исследования показателей соревновательной деятельности регистрируются следующие параметры: количество оцененных бросков, количество попыток выполнения бросков, количество акцентированных атак в стойке и партере с использованием любых, разрешенных в боевом самбо, технических действий на 1-й, со 2-й по 4-ю, и 5-й (включая дополнительное время) минутах поединка.

Определение показателей соревновательной деятельности проводится в % по формулам:

1. Надежность бросковой техники:

$$R = \frac{Nb}{Nп} * 100,$$

где R – индекс надежности бросковой техники (%);

Nб – количество выполненных бросков, оцененных судьями баллами (раз);

Nп – количество попыток выполнения бросков (раз).

2. Активность самбиста в схватке:

$$A = \frac{N}{T} * 100,$$

где A – индекс активности самбиста в схватке;

N – количество атакующих действий (раз);

T – продолжительность регистрации атакующих действий (мин).

Видеоматериалы соревновательной деятельности самбистов для анализа просматриваются в режиме замедленного воспроизведения и стоп-кадра.

ЗАДАНИЕ НА САМОРЕФЛЕКСИЮ (анкета)

Инструкция: ответить на вопросы, оценивая владение личными и профессиональными качествами по шкале от 0 до 5.

Показатели		Самооценка/баллы					
<i>Ценностный блок</i>		0	1	2	3	4	5
1	Для меня важно понимать историю России, её традиции и духовно-нравственные ценности						
2	Я готов воспринимать ценности и традиции, духовные идеалы разных людей и национальностей						
3	Я считаю, что спортивные достижения позволяют стать человеку более организованным						
4	Для меня важно вести здоровый образ жизни.						
5	Я считаю необходимым сберегать природу и заботиться об экологии						
6	Для меня важно находить понимание в коллективе.						
7	Я планирую своё профессиональное развитие						

<i>Когнитивный блок</i>		0	1	2	3	4	5
1	Мне интересно решать профессиональные задачи, я знаю этапы планирования профессиональной деятельности						
2	Я понимаю принципы использования информационных технологий для анализа профессиональных задач и их выполнения						
3	Я умею формулировать свои идеи и выражать их в устной и письменной форме						
4	Я понимаю роль социального и культурного контекста в профессиональной деятельности						

5	Мне известны правила стандарты антикоррупционного поведения						
6	Я знаю алгоритмы поведения в чрезвычайных ситуациях						
7	Я знаю основные принципы работы с профессиональной документацией на государственном и иностранном языках						

	Деятельностный блок	0	1	2	3	4	5
1	Я умею использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья						
2	Я умею обосновывать свои решения и использовать навыки анализа для решения профессиональных задач						
3	Я умею работать в команде, поддерживать коммуникации						
4	Я умею использовать свои знания в области правовой и финансовой грамотности в профессиональной деятельности.						
5	Я умею выступать перед знакомой и незнакомой аудиторией, формулировать свои идеи и						
6	Я умею «работать» с информацией с применением цифровых ресурсов.						
7	Я умею анализировать особенности социальных групп, применять правила общения и этикета						
Итого :							

Интерпретация результатов (по каждому из пунктов):

A - повышенный уровень (5 б.);

B - оптимальный уровень (4 б.);

C - базовый уровень (3 б.);

D - допустимый уровень (2 б.);

E - минимальный уровень (1 б.);

F - критический уровень (0 б.)

ТЕСТ РОКИЧА

Процедура проведения

ИНСТРУКЦИЯ: «Вам предлагаются два списка по 18 ценностей. Ваша задача — проранжировать их по порядку значимости для Вас как принципов, которыми Вы руководствуетесь в Вашей жизни. То есть самому важному Вы присваиваете номер 1 и т.д., так что под восемнадцатым номером будет идти ценность наименее значимая для вас.

Работайте не спеша, вдумчиво. Если в процессе работы Вы измените свое мнение, то можете исправить свои ответы. Конечный результат должен отражать Вашу истинную позицию».

Терминальные ценности	ранг	Инструментальные ценности	ранг
Активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни)		Аккуратность (чистоплотность, умение содержать в порядке вещи, четкость в ведении дел)	
Жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые благодаря жизненному опыту)		Воспитанность (хорошие манеры, умение вести себя в соответствии с нормами культуры поведения)	
Здоровье (физическое и психическое)		Высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания)	
Интересная работа		Жизнерадостность (оптимизм, чувство юмора)	
Красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве)		Исполнительность (дисциплинированность)	
Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком)		Независимость (способность действовать самостоятельно, решительно)	

Материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных проблем)		Непримиримость к недостаткам в себе и других	
Наличие хороших и верных друзей		Образованность (широта знаний, высокий культурный уровень)	
Общественное признание (уважение окружающих, коллектива, коллег)		Ответственность (чувство долга, умение держать свое слово)	
Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие)		Рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения)	
Продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей)		Самоконтроль (сдержанность, самодисциплина)	
Развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование)		Смелость в отстаивании своего мнения	
Свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках)		Чуткость (заботливость)	
Счастливая семейная жизнь		Терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения)	
Счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом)		Широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки)	
Творчество (возможность заниматься творчеством)		Твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями)	

Уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений)		Честность (правдивость, искренность)	
Удовольствия (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей, развлечения)		Эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе)	

Обработка результатов

Выставленные испытуемыми ранги ценностей отражают важность каждой из них.

Важно помнить, что в опроснике Рокича шкалы имеют обратный характер:

- чем меньше ранг, тем выше значимость ценности для респондента;
- чем выше ранг, тем ниже значимость ценности.

Шкалы теста Рокича

В результате проведения методики М. Рокича выявляется выраженность 36 показателей – ценностных ориентаций двух типов:

Терминальные ценности:

1. АКТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ
2. ЖИЗНЕННАЯ МУДРОСТЬ
3. ЗДОРОВЬЕ
4. ИНТЕРЕСНАЯ РАБОТА
5. КРАСОТА ПРИРОДЫ И ИСКУССТВА
6. ЛЮБОВЬ
7. МАТЕРИАЛЬНО ОБЕСПЕЧЕННАЯ ЖИЗНЬ
8. НАЛИЧИЕ ХОРОШИХ И ВЕРНЫХ ДРУЗЕЙ
9. ОБЩЕСТВЕННОЕ ПРИЗНАНИЕ
10. ПОЗНАНИЕ
11. ПРОДУКТИВНАЯ ЖИЗНЬ
12. РАЗВИТИЕ

13. РАЗВЛЕЧЕНИЯ
14. СВОБОДА
15. СЧАСТЛИВАЯ СЕМЕЙНАЯ ЖИЗНЬ
16. СЧАСТЬЕ ДРУГИХ
17. ТВОРЧЕСТВО
18. УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ

Инструментальные ценности:

1. АККУРАТНОСТЬ
2. ВОСПИТАННОСТЬ
3. ВЫСОКИЕ ЗАПРОСЫ
4. ЖИЗНЕРАДОСТНОСТЬ
5. ИСПОЛНИТЕЛЬНОСТЬ
6. НЕЗАВИСИМОСТЬ
7. НЕТЕРПИМОСТЬ К НЕДОСТАТКАМ
8. ОБРАЗОВАННОСТЬ
9. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ
10. РАЦИОНАЛИЗМ
11. САМОКОНТРОЛЬ
12. СМЕЛОСТЬ
13. ТВЕРДАЯ ВОЛЯ
14. ТЕРПИМОСТЬ
15. ЧЕСТНОСТЬ
16. ЧУТКОСТЬ
17. ШИРОТА ВЗГЛЯДОВ
18. ЭФФЕКТИВНОСТЬ В ДЕЛАХ

Интерпретация результатов

Полученная в результате исследования индивидуальная иерархия ценностей может быть разделена на три равные группы:

- предпочитаемые ценности, значимые (ранги с 1 по 6);
- индифферентные, безразличные (7-12);
- отвергаемые, незначимые (13-18 ранг иерархии).

Полученные для каждой из 36-ти ценностей их ранги, отражающие значимость ценности для испытуемого, можно использовать в эмпирических исследованиях для выявления различий в группах или для анализа взаимосвязей ценностных ориентаций с другими психологическими феноменами.

Опросник В. К. Гербачевского «Оценка уровня притязаний», в авторской модификации) (ценностно-мотивационный критерий)

Инструкция

В процессе работы с опросником вы читаете по порядку каждое из приведенных в бланке высказываний и решаете, в какой степени вы согласны с ним или не согласны в соответствии с настоящим уровнем вашей подготовленности в самбо и желанием тренироваться, совершенствоваться в данном виде спорта и отношением к занятиям и соревнованиям. В зависимости от этого вы обводите кружком на правой стороне бланка одну из следующих цифр: если полностью согласны – +3; если согласны – +2; если скорее согласны, чем не согласны – +1; если вы совершенно не согласны – -3; если не согласны – -2; если скорее не согласны, чем согласны – -1; наконец, если вы не можете не согласиться с высказыванием, ни отвергнуть его – 0.

Все высказывания относятся к тому, что вы думаете, что чувствуете или хотите в данный момент в связи с занятием боевым самбо.

№ п/п	Высказывания	Шкала для ответов
1	Мне уже надоело заниматься самбо	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
2	Я работаю на пределе своих возможностей	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
3	Я могу показать все, на что способен	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
4	Я чувствую, что меня вынуждают стремиться к высоким результатам	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
5	Мне интересно, что будет дальше	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
6	Задача достаточно сложная	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
7	То, что я делаю, никому не нужно	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
8	Мне интересно, лучше ли мои результаты, чем у других	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
9	Мне бы хотелось поскорее заняться своими делами	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
10	Думаю, что мои результаты будут высокими	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3

11	Участие в соревнования не доставляет мне удовольствия	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
12	Чем лучше показываешь результат, тем больше хочется его превзойти	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
13	Я проявляю достаточно усердия	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
14	Я считаю, что мой лучший результат не случаен	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
15	Занятия самбо большого интереса не вызывает	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
16	Я сам ставлю перед собой задачи	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
17	Я беспокоюсь по поводу своих результатов	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
18	Я чувствую прилив сил	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
19	Лучших результатов мне не добиться	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
20	Занятия самбо имеет для меня значение	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
21	Я хочу ставить все более трудные цели	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
22	К своим результатам я отношусь равнодушно	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
23	Чем дольше работаешь, тем интереснее	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
24	Я не собираюсь «выкладываться» в этом виде деятельности	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
25	Скорее всего мои результаты в следующих соревнованиях будут низкими	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
26	Как ни старайся, результат от этого не изменится	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
27	Я бы занялся сейчас чем угодно, но только не занятиями самбо	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
28	Занятия самбо не вызывают у меня затруднений	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
29	Я способен на лучший результат	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
30	Чем сложнее цель, тем больше стремление ее достичь	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
31	Я чувствую, что могу преодолеть все трудности на пути к цели	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
32	Мне безразлично, какими будут мои результаты в сравнении с другими	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
33	Я увлечен занятиями самбо	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
34	Я хочу избежать низкого результата в следующих соревнованиях	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
35	Я чувствую себя независимым	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3

36	Мне кажется, что я напрасно трачу время и силы	–3 –2 –1 0 +1 +2 +3
37	Я работаю вполсилы	–3 –2 –1 0 +1 +2 +3
38	Меня интересуют границы моих возможностей	–3 –2 –1 0 +1 +2 +3
39	Я хочу, чтобы мой результат оказался одним из лучших	–3 –2 –1 0 +1 +2 +3
40	Я сделаю все, что в моих силах для достижения цели	–3 –2 –1 0 +1 +2 +3
41	Я чувствую, что у меня ничего не получится	–3 –2 –1 0 +1 +2 +3
42	Соревнования – это лотерея	–3 –2 –1 0 +1 +2 +3

Опросник А. Реана «Мотивация успеха и боязни неудач» (ценностно-мотивационный критерий)

Прочитайте приведенные ниже мнения и определите, какие из них касаются вас и, если вы с ними согласны, – наряду напишите «да». Если мнение Вас не касается, то напишите рядом «нет». Будьте откровенны.

1. Включаясь в работу, я, как правило, оптимистично надеюсь на успех.
2. В деятельности я обычно активный.
3. Я склонен к проявлению инициативности.
4. При выполнении ответственных заданий я стараюсь по возможности найти причины, чтобы отказаться от них.
5. Я часто выбираю крайности: либо слишком легкие задачи, либо нереалистично высокие по сложности.
6. При встрече с препятствиями я, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоление.
7. При чередовании успехов и неудач я склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей собственной целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий, в условиях ограничения времени, моя результативность деятельности ухудшается.
10. Я склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Я склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если я рискую, то скорее с умом, а не отчаянно.
13. Я не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Я предпочитаю ставить перед собой средние по сложности или немного завышенные, но достижимые цели, чем нереально высокие.

15. В случае неудачи при выполнении какого-либо задания его привлекательность для меня, как правило, снижается.

16. При чередовании успехов и неудач я склонен к переоценке своих неудач.

17. Я предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.

18. При работе в условиях ограничения времени результативность моей деятельности улучшается, даже если задача достаточно трудная.

19. В случае неудачи при выполнении какого задания я, как правило, от поставленной цели не отказываюсь.

20. Если я выбрал задачу себе сам, то в случае неудачи его притягательность для меня еще больше растет.

Тестовый материал для определения уровня развития мотивационно-волевого компонента

(Методика исследования волевой саморегуляции

А. Зверькова и Е. Эйсмана) (эмоционально-волевой критерий)

Вам предлагается тест, который включает 30 утверждений. Внимательно прочитайте каждое из них и решите, насколько оно характеризует вас. Если правильно характеризует, то на листе для ответов напротив номера данного утверждения поставьте знак «+» если считаете, что неправильно, знак «-»

1. Если у меня что - то не получается, то нередко возникает желание бросить это дело.
2. Я не отказываюсь от своих замыслов и дел, даже если приходится выбирать между ними и приятной компанией.
3. При необходимости мне нетрудно сдержать вспышку гнева.
4. Обычно я сохраняю спокойствие в ожидании товарища, который опаздывает на назначенное время.
5. Меня трудно оторвать от начатой работы.
6. Меня очень выбивает из колеи физическая боль.
7. Я всегда стараюсь выслушать собеседника, не перебиваю, даже если не терпится ему возразить.
8. Я всегда отстаиваю свою позицию в разговоре.
9. Если надо, я могу не спать несколько ночей (например, работа, учеба, дежурство, соревнования) и весь следующий день быть «в хорошей форме».
10. Мои планы слишком часто перечеркиваются внешними обстоятельствами.
11. Я не считаю себя терпеливым человеком.
12. Не так-то просто мне заставить себя равнодушно наблюдать волнующее зрелище.
13. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после серии досадных неудач.

14. Если я отношусь к кому-то плохо, мне трудно скрыть пренебрежение к нему.
15. При необходимости я могу заниматься своим делом в неудобных и не приспособленных к этому условиях.
16. Мне сильно осложняет работу сознание того, что ее необходимо выполнить в точно определенный срок.
17. Я считаю себя решительным человеком.
18. С физической усталостью я справляюсь намного лучше, чем другие.
19. Лучше подождать лифт, чем подниматься по лестнице.
20. Испортить мне настроение не так просто.
21. Иногда какая-то мелочь заполняет мои мысли, не дает покоя, и я не могу от нее избавиться.
22. Мне тяжелее, чем другим сосредоточиться на задании или работе.
23. Спорить со мной трудно.
24. Я всегда стремлюсь довести начатое дело до конца.
25. Меня легко отвлечь от дел.
26. Я иногда замечаю, что пытаюсь добиться своего вопреки объективным обстоятельствам.
27. Люди иногда завидуют моему терпению и любознательности.
28. Мне трудно сохранить спокойствие в стрессовой ситуации.
29. Я замечаю, что во время однообразной работы невольно начинаю изменять способ действия, даже если это иногда приводит к ухудшению результатов.
30. Меня, как правило, раздражает, когда «перед носом» закрываются двери транспорта или лифта.

**Авторская анкета по выявлению уровня волевой подготовки самбистов
(эмоционально-волевой критерий)**

№ п/п	Вопросы	Ответы на вопросы		
		да	иногда	нет
1	Вы сильно волнуетесь на соревнованиях?	2	1	0
2	Вы можете на соревнованиях быстро успокоиться?	2	1	0
3	Помогает вам успешно бороться сильное эмоциональное возбуждение?	2	1	0
4	Мешает вам волнение успешно бороться?	2	1	0
5	Сильно ли влияют на вас спортивные неудачи?	2	1	0
6	Помогают вам успокоиться наставления тренера?	2	1	0
7	Помогает вам на соревнованиях самовнушение?	2	1	0
8	После неудачного выступления вы пытаетесь реабилитироваться на следующих соревнованиях?	2	1	0
9	Неудача на соревнованиях побуждает вас больше тренироваться?	2	1	0
10	Успешные занятия самбо помогают вам чувствовать себя уверенно в других жизненных ситуациях?	2	1	0
11	Ставите на каждую тренировку или соревнование задачу «выложиться» максимально?	2	1	0
12	Присутствует ли у вас в ходе соревнований или тренировочных спаррингов чувство страха?	2	1	0