

**РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
СИСТЕМАХ ЮЖНО-
РОССИЙСКОГО
РЕГИОНА**

XIV годовичное собрание
Южного отделения РАО



**Материалы
докладов**

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
ЮЖНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

МЕЖДУНАРОДНАЯ СЛАВЯНСКАЯ АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ ИМ. Я.А. КОМЕНСКОГО

**РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СИСТЕМАХ
ЮЖНО-РОССИЙСКОГО РЕГИОНА**

XIV годовое собрание Южного отделения РАО
XXVI психолого-педагогические чтения Юга России

Часть IV

Ростов-на-Дону – 2007

ББК 88.52+74.200
УДК 37.013.77(470.6)
Р 17

Печатается по решению бюро Южного отделения РАО

Научные редакторы:

академик РАО, профессор *Греков А.А.*

академик РАО, профессор *Бондаревская Е.В.*

профессор *Куликовская И.Э.*

Развитие личности в образовательных системах Южно-Российского региона: Материалы докладов XIV годовичного собрания Южного отделения РАО и XXVI психолого-педагогических чтений Юга России. – Ростов н/Д: Изд-во ПИ ЮФУ, 2007. Часть IV. – 300 с.

ISBN 978-5-8480-0623-0

В четвертой части сборника докладов, прочитанных на XXVI психолого-педагогических чтениях Южно-Российского региона, раскрыты пути модернизация системы дошкольного и начального образования. Особое внимание уделено актуальным проблемам становления компетентностного подхода в дошкольном образовании и развитии представлений о пространстве и времени у детей дошкольного возраста, воспитания экологической культуры у младших школьников в учреждении дополнительного образования, определения педагогических условий ценностно-смыслового развития дошкольников, организации интегрированного пространства праздника в дошкольном учреждении.

Значимыми являются работы, посвященные медико-педагогическим проблемам профилактики злоупотребления психоактивными веществами: мониторинг психозмоциональных состояний студентов как основа личностно-ориентированного образования, системная дополнителность как условие организации эффективного разговора с подростками о наркотиках, особенности функционального состояния центральной нервной системы школьников, проживающих в экологически неблагоприятном районе. Интерес представляет рассмотрение физической культуры и спорта как факторов развития личности; возможности формирования профессионально-прикладной физической культуры будущих мастеров общестроительных работ в процессе их обучения, физическое воспитание студентов с позиций личностно-ориентированного подхода. В состав сборника вошли материалы докладов ученых по проблемам психолого-физиологических механизмов адаптации детей в динамике образования.

Наиболее актуальны исследования, посвященные информационным технологиям в образовании; конструирование образовательных web-ресурсов в профессиональной подготовке студентов педагогических специальностей, формирование и развитие творческих умений компьютерного моделирования у будущих учителей технологии, дистанционные образовательные технологии в системе высшего педагогического образования, интерактивные средства нравственного воспитания школьников.

ББК 88.52+74.200
УДК 37.013.77(470.6)

ISBN 978-5-8480-0623-0

© Южное отделение РАО, 2007

структуре движений. Таким образом, если дополнительные отягощения положить в области центров масс биоизвеньев, а величину каждого из них дозировать в строгом процентном соотношении с массами биоизвеньев в отношении к массе всего тела и соответственно по отношению к величине всего отягощения, то можно добиться того, что тело человека будет находиться в естественном поле силы тяжести, только увеличенном по модулю.

В методике развития скоростно-силовых качеств волейболистов необходимо использовать непредельные усилия (20–50 % от максимальной), проявляемые при предельной скорости выполнения упражнения. При этом нельзя доводить спортсменов до утомления. Используется также сопряженный метод, который характеризуется развитием скоростно-силовых качеств в рамках структуры технического приема или его звеньев.

О.Ю. Захаров

(Педагогический институт Южного федерального университета)

РАЗВИТИЕ СПОСОБНОСТИ К САМОРЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В КАРАТЭ КИОКУШИНКАЙ

Важным направлением в системе психологической подготовки высококвалифицированных спортсменов-каратистов является развитие способности к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния. Самостоятельное проведение спортсменом тренировочной работы, проявление самодисциплины в соревнованиях, использование самовнушения для успокоения и настройки на поединки позволяет спортсменам овладеть способностью самостоятельно регулировать свои психические процессы и эмоциональное состояние (Родионов, Тышлер, 1978).

В каратэ владение приемами психической саморегуляции, преобладание морально-психологических качеств обеспечивают спортсмену победу даже над соперником, превосходящим его технически и физически. Это подтверждает эксперимент М. Оямы проведенный в 60-х гг. прошлого века (Глак, 1962). Показателем высокой техники спортсмена является умение мгновенно концентрировать всю свою энергию и направлять ее к месту приложения удара. Это предполагает слияние воедино физических реакций, тактико-технических возможностей и психоэнергетической активности. Наиболее ярко этот процесс можно наблюдать во время тамешивари (тестов на разбивание твердых предметов — досок, кирпичей, глыб льда, бетонных блоков).

Среди приемов психической саморегуляции наибольшее распространение получила психорегулирующая тренировка, состоящая из двух вариантов: успокаивающего и мобилизующего, причем мобилизующие приемы выполняются только после достижения общего успокоения. Овладение приемами психорегулирующей тренировки требует нескольких месяцев настоячивых самостоятельных занятий (не реже двух раз в день по 10–15 минут). На практике данный метод рекомендуется применять как одно из эффективных средств восстановления и снятия утомления, для ликвидации чрезмерного возбуждения, для быстрой мобилизации организма в условиях борьбы и достижения оптимального боевого состояния (Алексеев, 2004).

Наряду с обучением психорегулирующей тренировке необходимо более широко вводить приемы саморегуляции в тренировочный процесс. Целесообразно вводить в тренировку так называемые медитативные паузы (одна в начале и одна в конце тренировки).

Применение медитативных пауз позволяет решать большой круг учебных задач:

- провести самовнушенную настройку на занятие с целевыми установками (а в конце занятия – на следующее занятие);
- совершенствовать технические приемы (идеомоторная отработка тех или иных технических элементов);
- освоить активный отдых и мобилизацию.

Применение медитативных практик активно используется спортсменами-каратистами высшей квалификации как на предсоревновательном этапе подготовки, так и в межсезонье. Так, лидер японской сборной 1995 г. К. Ямаки активно использовал в своей подготовке к 6-му чемпионату мира (1995 г.) одну из разновидностей ортодоксальной медитации – рицудзен (медитация стоя). Это существенно помогло ему стать чемпионом мира, а также пройти сложный тест в 100 непрерывных поединков по 2 минуты (хякунин кумитэ), являющийся вершиной мастерства в каратэ киокушинкай (Горбылев, 2002).

Среди педагогических задач, направленных на саморегуляцию в тренировочном процессе, необходимо отметить следующие:

– подчинение своей приверженности к использованию средств и методов тренировки, выбора партнеров, стиля боя целям плановой подготовки. Благодаря саморегуляции поведения сделать возможно более продуктивной тренировку в **каждых конкретных условиях** и с любым партнером;

– в ходе выполнения упражнений, в течение тренировки, поединка **сохранять высокий уровень интенсивности внимания и направленности мышления** на деловую сторону учебного процесса. Быстро переключаться от обдумывания второстепенных деталей деятельности к важнейшим сторонам тренировочного занятия, поединка (кумитэ), от эмоциональной оценки качества завершенных действий, схваток к готовности продолжать тренировку. поединок;

– подавлять неудовлетворительные отклонения в психическом состоянии, избегать ненужных внешних проявлений, вызываемых повышенной эмоциональностью, регулировать психические процессы самовнушением (Родионов, Тышлер, 1978).

С.В. Иванова, П.В. Ковалев

(Ставропольский государственный аграрный университет)

ОЦЕНКА МОДЕЛИ ДЕСЯТИБОРЦА В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ

Десятиборец должен обладать быстротой спринтера, ловкостью прыгуна и взрывной силой метателя, быть выносливым и стойким, как марафонец, обладать умом и расчетливостью шахматиста.

Современные методы тренировки позволяют довольно быстро совершенствовать отдельные качества, но преимущественное формирование развития отдельных качеств не должно отрицательно сказываться на выступлении в десятиборье в целом. Можно, например, с помощью упражнений со штангой развить большую мышечную массу, которая полезна для метаний, но в прыжках и беге на 400 и 1 500 метров, это будет серьезным