

отдела. Прослеживается еще одно динамическое изменение, закономерность появления кодов с нарушенной структурой, которые составили 33. Уменьшение энергетических ресурсов и изменение энергетического баланса, характеризуется нарушением фрактальной гармонии биоритмов организма, что соответствует серьезным функциональным нарушениям, либо патологическим изменениям в отдельных органах, уровень компенсации ниже нормы, резервы снижены, психоэмоциональное состояние удовлетворительное, присутствуют признаки накопленной усталости.

**Заключение.** На примере обследованной выборки выявлено, что в дизонтогенезе у 14–15-летних школьников с умеренной и тяжелой интеллектуальной недостаточностью адаптационные процессы обеспечиваются в основном за счет повышения активности автономных структур и увеличения напряжения центральных структур вегетативной регуляции. Выявленная парадоксальная реакция регуляторных систем, свидетельствует о выраженном утомлении, указывает на состояние перенапряжения организма, недостаточность адаптационных защитно-приспособительных механизмов. В ряде таких случаев рекомендуется повторное обследование. У подростков общеобразовательной школы эти процессы происходят за счет увеличения активности парасимпатического отдела и снижения напряжения центральных структур регуляции. В практическом плане, полученные результаты указывают на необходимость учета у 14-15 летних учащихся с умеренной и тяжелой интеллектуальной недостаточностью индивидуально-типологических особенностей вегетативной регуляции в процессе планирования и непосредственной реализации объемов учебной работы, особенно связанной с физическими нагрузками. Дальнейшие исследования в предпринятом направлении (с учетом уровня напряжения механизмов вегетативной регуляции) позволят выявить более точную оценку донологических состояний школьников в различные периоды, а также оперативно использовать возможности анализа ВРС для оценки специфичности механизмов мобилизации функциональных резервов организма, имеющего нарушения в развитии.

#### *Список литературы*

1. Питкевич, Э.С. Перспективы диагностического применения программно-аппаратных комплексов «Омега» для оценки функционального состояния организма учащихся и спортсменов / Э.С. Питкевич [и др.]. – Гомель: Учреждение образования «Гомельский государственный медицинский университет», 2011. – 216 с.
2. Шлык, Н.И. Сердечный ритм и тип регуляции у детей, подростков и спортсменов: монография / Н.И. Шлык. – Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2009. – 255 с.

## **ПОТЕНЦИАЛ ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ВИДАМ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ**

*Ю.Н. Халанский  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машиерова*

Процесс персонализации образования представляется как ценностно-смысловое продвижение личности, возникающее на основе внутренних интенций и устремлений обучающегося, состоящих в постижении и последующей трансляции социокультурных образцов самоопределения. Суть персонализации образовательного процесса в рамках этого подхода заключается в том, что любое знание (информация), попадающее посредством обучения в поле действия потребностей и жизненных устремлений личности, представляет собой определенного уровня ценность для самого обучающегося, его становления и развития как личности [1].

Актуальность темы и проблема настоящего исследования определяются противоречием между возрастающими требованиями современного общества к профессиональной дееспособности будущих специалистов и снижающимся уровнем специальной физической подготовленности студентов.

Исследование актуализирует противоречие между потенциалом специальной физической подготовленности и недостаточной изученностью её персонализации в учебном процессе студентов вузов.

Легкая атлетика представлена в вузах как учебная дисциплина и важнейший базовый компонент специальной физической подготовленности будущих специалистов. Она призвана способствовать не только формированию здоровья, но и такого важного компонента в профессиональной деятельности, как специальная физическая подготовка, без которого невозможно овладеть, в достаточной степени, техническими навыками выполнения упражнений. Изучая легкоатлетические упражнения, студенты решают две задачи: совершенствуют не только технику ходьбы, бега, прыжков, метаний, но и развивают двигательные способности – силовые, скоростные, координационные, выносливости, гибкости. С помощью правильно подобранных двигательных тестов можно определить не только уровень развития двигательных качеств, но и уровень функционирования основных систем организма как показателя физического здоровья студентов [2].

Вместе с тем, в настоящее время проблема совершенствования специальной физической подготовленности студентов приобретает всё большую актуальность: увеличивается число первокурсников, не имеющих стажа спортивной подготовки и спортивной квалификации, сокращается время на подготовку специалистов и т.п.

Цель исследования - определить и обосновать необходимость использования потенциала персонализированной специальной физической подготовки студентов, обучающихся видам легкой атлетики.

**Материал и методы.** Сущность потенциала персонализированной специальной физической подготовки студентов, обучающихся видам легкой атлетики включает: 1) структуру (комплектацию теоретических и практических, учебных и самостоятельных занятий); 2) содержание (мониторинг физического здоровья студентов, их мотивацию к занятиям, средства специальной подготовки); 3) педагогические условия (материально-техническое и программно-методическое обеспечение, организацию взаимодействия участников образования на субъект-субъектных отношениях).

Исследования проводились поэтапно. На каждом этапе, в зависимости от его задач, применялись следующие методы: теоретические – изучение научно-методической литературы по проблеме исследования, анализ и обобщение программно-методических материалов, сравнение, классификация, систематизация, моделирование; эмпирические - изучение опыта работы вузов по обучению видам легкой атлетики студентов, опрос (анкетирование, интервьюирование, беседы), педагогическое наблюдение, комплексное тестирование, математико-статистическая обработка материалов исследования.

Базой проведения исследований является учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

**Результаты и их обсуждение.** Проведенный корреляционный анализ показал тесную взаимосвязь между показателями уровня специальной физической и технической подготовленности студентов в видах легкой атлетики. На предварительных этапах исследований была определена индивидуальная структура двигательной подготовленности студентов, включающая три фактора.

Наиболее значимыми величинами первого фактора являются показатели: пространственно-координационный тест (ПКТ) и челночный бег. В этой связи первый фактор интерпретируется как координационная подготовленность.

Весомый вклад второго фактора принадлежит показателям: наклон вперед, «выкрут» рук. Второй фактор интерпретируется как уровень подвижности и гибкости, в первую очередь активной.

Третий фактор определяется показателями бега на 30 м, бросков ядра и серии прыжков. Этот фактор отражает уровень скоростно-силовой подготовленности.

Проведенный сравнительный анализ позволил выявить повышенную необходимость в развитии определенных физических качеств у студентов и таким образом уточнить дальнейший поиск средств и методов специальной физической подготовки.

Учитывая специфику обучения легкоатлетическим упражнениям (различия в направленности развития двигательных способностей в группах видов легкой атлетики) и индивидуальные различия студентов в структуре их двигательной подготовленности, с целью персонализированного влияния на уровень специальной физической подготовленности, возникает необходимость группировки студентов по принципу типизации особенностей их двигательной подготовленности.

Предлагается, в рамках обучения видам легкой атлетики на каждом курсе формировать три подгруппы студентов: 1 подгруппа – студенты, имеющие низкий уровень координационной подготовленности; 2 подгруппа – низкий уровень развития подвижности и гибкости, 3 подгруппа – низкий уровень скоростно-силовой подготовленности. Подобный подход не изменит существующий порядок выделения штатной численности преподавателей, но позволит качественно оптимизировать их деятельность. В дальнейшем, подготовительную часть занятий предлагается проводить раздельно для каждой из подгрупп, уделяя большее внимание тем физическим качествам, которые являются отстающими от необходимого уровня.

**Заключение.** Учитывая, что перспективы развития высшей школы открываются посредством диверсификации структуры образовательных программ, дающих возможность каждому построить ту образовательную траекторию, которая наиболее полно соответствует его образовательным и профессиональным способностям, существует необходимость переосмысления образовательных технологий. В этой связи, персонализированное определение слабых сторон специальной физической подготовленности студентов, обучающихся видам легкой атлетики, с последующим адресным воздействием на них, позволит не только повысить качественный уровень процесса обучения, но и в большей степени использовать потенциал каждого студента.

#### *Список литературы*

1. Грачев, В.В. Теоретические основы персонализации образовательного процесса в высшей школе: дис. ... док. пед наук: 13.00.01 / В.В.Грачев. – М., 2007. – 464 с.
2. Сиестельник, И.Р. Технология преподавания легкой атлетики на факультетах физического воспитания / И.Р. Сиестельник // [Электронный ресурс]. – /<http://chromosome2009.org/tehnologija-prepodavaniya-legkoj-atletiki-na-fakultetah-fizicheskogo-vospitaniya-vysshih-uchebnyh-zavedenij-iii-iv-urovnej-akkreditacii/> – Дата доступа: 1.02.2014.

## **ОБ ЭТАПАХ РАЗВИТИЯ И МЕТОДИКЕ АКТУАЛИЗАЦИИ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

*Т.А. Шелешкова, О.В. Головинец  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Актуальность темы вызвана необходимостью изучения способов, методов, механизмом формирования мотивационной сферы студенческой молодежи и динамики роста мотивационных потребностей во время занятий по физическому воспитанию.

Цель исследования – определение этапов развития мотивационной сферы, выявление особенностей её актуализации при проведении занятий по физической культуре.

Достижение этой цели осуществлялось через решение следующих задач:

- определение этапов развития мотивационной сферы на основе анализа научной литературы и практического опыта работы со студентами ВГУ имени П.М. Машерова;
- проведение сравнительного анализа полученных результатов;
- выявление интересов студентов в обозначенной области, и, в целом, определение уровня их мотивационной сферы и путей её актуализации.

**Материал и методы.** Базой исследования стал педагогический факультет ВГУ имени П.М. Машерова. Эксперимент проводился в три этапа: 1) октябрь–декабрь 2011