

Дартс. Метание дротиков в мишень – это хорошая альтернатива одного из нормативов ГТО – стрельбе. Благодаря этому виду физической активности организм человека расслабляется, снимается стресс, происходит тренировка для мозга и развитие самоконтроля, дисциплины. Эти факторы помогут не только при подготовке к ГТО, но и в жизнедеятельности человека.

Таким образом, для подготовки и сдачи норм ВФСК «ГТО» на знак отличия необходимо регулярно заниматься физической нагрузкой, следить за своим здоровьем в среднем возрасте как мужчинам, так и женщинам. Благодаря занятиям физической культурой и спортом организм человека получает огромную пользу и приносит полезное разнообразие в их жизнедеятельность.

*Библиографический список:*

1. *Возрастная психология: конспект лекций.* Текст: электронный. Сайт юр-консультант. URL: <https://ur-consul.ru/Bibli/Vozrastnaya-psikhologiya-konspyekt-lyektsiyi.87.html>
2. *ВФСК «ГТО».* Текст: электронный. Сайт ГТО. URL: <https://www.gto.ru/>
3. *Марченко, А. Л.* Тенденции и перспективы развития комплекса ГТО / А.Л. Марченко, О.Е. Зимина. Текст: непосредственный // Актуальные проблемы ВФСК «ГТО» в системе образования и способы их решения. 2016. С. 85
4. *Никогда не поздно: виды спорта, подходящие для пожилых людей.* Текст: электронный. Сайт гопротект. URL: <https://www.goprotect.ru/blog/nikогда-ne-pozdno-vidy-sporta-podhodyaschie-dlya-pozhilyh-lu#:~:text=Занятия%20спортом%20помогают%20пожилым%20людям,ясный%20ум%20до%20глубокой%20старости>
5. *Что такое терренкур, и почему он полезен для здоровья.* Текст: электронный. Сайт марафонец. URL: <https://marathonec.ru/что-такое-терренкур/?ysclid=lf8io9r7ka450171903>

УДК 377.112.4

**Лушникова С. Р., Колесова И. С.**

Lushnikova S. R., Kolesova I. S.

Институт физической культуры, спорта и здоровья,  
г. Екатеринбург, Россия  
Institute of Physical Culture, Sports and Health,  
Yekaterinburg, Russia

[ru](http://www.gto.ru)

ПРИМЕНЕНИЕ КЕЙС-МЕТОДА И ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАТИВНЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ЦЕЛЕВОЙ ПОДГОТОВКИ, ПЕРЕПОДГОТОВКИ И  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА

*Аннотация:* приоритетная задача системы профессионального образования в сфере физической культуры и спорта – обеспечение высокого уровня компетентности будущих специалистов путем формирования практико-ориентированных навыков, которые будут способствовать быстрой адаптации специалиста на рабочем месте. В связи с этим возрастает роль инновационных методов и технологий в преподавании физкультурно-спортивных дисциплин. Этой злободневной теме посвящена данная статья, в которой обосновывается актуальность применения кейс-метода и информационно-коммуникативных технологий на примере изучения анатомии.

*Ключевые слова:* педагог профессионального образования, профессиональная подготовка, ситуационный подход, кейс-метод, информационно-коммуникационные технологии в образовании.

## APPLICATION OF THE CASE METHOD AND INFORMATION AND COMMUNICATION TECHNOLOGIES IN THE PROCESS OF TARGETED TRAINING, RETRAINING AND ADVANCED TRAINING OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS SPECIALISTS

*Abstract:* the priority task of the system of professional education in the field of physical culture and sports is to ensure a high level of competence of future specialists through the formation of practice-oriented skills that will contribute to the rapid adaptation of a specialist in the workplace. In this regard, the role of innovative methods and technologies in the teaching of physical culture and sports disciplines is increasing. This topical topic is the subject of this article, which substantiates the relevance of the use of the case method and information and communication technologies on the example of the study of anatomy.

*Keywords:* teacher of professional education, professional training, situational approach, case method, information and communication technologies in education.

Современное общество, которое характеризуется развитием рыночных отношений, нестабильностью и неопределенностью, постоянно растущими объемами информации, высоким уровнем компьютеризации практически всех видов трудовой деятельности, выдвигает новые требования к профессиональной деятельности человека. Современный специалист в условиях нарастающего дефицита времени и колоссального информационного потока вынужден решать все более и более сложные проблемы, своевременно принимать актуальные, профессионально грамотные решения и нести ответственность за их реализацию и последствия.

В настоящее время любой профессионал, стремящийся эффективно трудиться, должен свободно работать с информацией, уметь извлекать и рационально использовать необходимые для профессиональной деятельности сведения, расширять и углублять имеющиеся знания, повышать свой научный уровень, реагируя на конкретные изменения. Он должен обладать высокой интеллектуальной и профессиональной мобильностью, способностью и готовностью учиться, переучиваться, повышать квалификацию с минимальными временными и энергетическими затратами. Поэтому сегодня процесс подготовки высокопрофессиональных, конкурентоспособных специалистов приобретает особую остроту и актуальность.

Особенно длительной по времени - от полугода до полутора лет - и, как правило, наиболее сложной по содержанию является профессиональная адаптация, так как выпускники обычно не имеют необходимых и достаточных знаний, умений и навыков для выполнения конкретных задач в профессиональной деятельности. Таким образом, перед нами возникает следующий вопрос: как совершенствовать систему подготовки специалистов в сфере ФК и С, чтобы уменьшить разрыв между теоретическими знаниями и практическими умениями, тем самым помочь молодым специалистам в развитии успешной карьеры, росте материального благополучия в условиях рыночной экономики, тем самым замотивировать работать по специальности?

Предполагается, что если процесс подготовки специалистов в сфере ФК и С, который будет включать в себя дидактически оправданное сочетание традиционных и активных методов, таких как, например, кейс-метод, а также применение информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ), то специалисты будут обладать прочными фундаментальными знаниями и одновременно умением творчески мыслить, что позволит им быть профессионально мобильными и постоянно учиться с минимальными временными и энергетическими затратами, а следовательно быть востребованными на рынке труда.

В настоящее время количество компетенций для специалиста в области физической культуры и спорта растет. Требования к уровню образования и качеству знаний становятся выше. Это обусловлено высокой конкуренцией на рынке труда в данной категории

профессионалов. Поэтому процесс обучения должен нацеливать студентов не столько на накопление теоретических знаний, сколько на формирование компетенций, необходимых для самостоятельной работы.[1]

В реализации этой сложной задачи существенная роль отводится кейс-методам (ситуационные задачи). В последнее время они приобрели значительную актуальность. Большинство преподавателей, идущих в ногу со временем, предпочитают применять в обучении кейсы, так как они позволяют четко структурировать материал, ясно представлять проблему и пути её решения. Кейс-метод (case study от лат. casus – запутанный или необычный случай) – метод ситуаций, техника обучения, использующая описание реальных ситуаций. Обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблемы, предложить возможные пути решения и выбрать лучшие из них.[2]

Основные критерии оценки:

1) насколько обучающийся способен связать теоретические знания с жизненными реалиями;

2) насколько он способен актуализировать то, что получает в обучении.[4]

Разберем данный метод на примере изучения дисциплины медико-биологического цикла «анатомия». На наш взгляд во время изучения нового материала преподаватель должен не просто рассказывать о строении тела, а объяснять взаимосвязи. Для лучшего усваивания информации можно брать фото разных людей и учиться определять дисбалансы, размышлять от чего они могли возникнуть и как можно их исправить, грамотно подобрав упражнения и средства МФР, растяжки, массажа. Важно научить мыслить не шаблонно, а индивидуально (творчески), т. к. нет одинаковых тел, но похожие кейсы имеют место быть. На практических занятиях следует научить обучающихся находить костные ориентиры друг на друге, можно использовать фломастеры на водной основе, чтобы рисовать крупные поверхностные мышцы на теле. Так же можно использовать модель скелета человека и цветные ленты. Таким образом, усвоение информации будет качественным и долгосрочным в отличии от общепринятой «зубрежки».

Дискуссия, диалог преподавателя и студентов при работе с кейсами являются основополагающими. При этом вовсе не обязательно настаивать на одном единственно верном решении. Главное – научить студентов мыслить и аргументировано отстаивать свою позицию. В ходе работы над кейсом студенты могут использовать собственные примеры.

Эта работа является имитацией реальной ситуации. При разработке кейсов должны учитываться область, объекты, виды и задачи профессиональной деятельности будущих специалистов согласно федеральному государственному образовательному стандарту (далее ФГОС). В результате выполнения кейсов у студентов формируются компетенции, необходимые в дальнейшей профессиональной деятельности.

В условиях массового обучения к новым задачам современного профессионального образования, относят следующие:

- обучение не предмету, а специальности;
- формирование у будущих специалистов мировоззрения, основанного на многокритериальности решений, ответственности за свои действия;
- развитие аналитического и проектного профессионального мышления будущих специалистов, их творческого потенциала;
- способствование становлению системы ценностно-смысловых оснований профессиональной деятельности, без наличия которых она не может осуществляться как ответственная социальная практика.[3]

Подобный новый контекст профессионального обучения порождает, в том числе, инновационный тип лекции: активную лекцию с присущими ей значительно более сложными

функциями и возможностями. Продолжив наш пример отметим, что при изучении анатомии можно использовать интерактивную панель и презентационное оборудование.

В заключении хотелось бы отметить следующее.

Содержание профессионального образования в области физической культуры и спорта не в полной мере соответствует требованиям рынка труда.

При изучении дисциплин важной составляющей является обеспечение наглядности преподавания. Существует достаточное количество компьютерных технологий, позволяющих осуществлять интерактивное обучение. Это облегчает понимание, а также делает более доступным усвоение больших объемов нового материала путем систематизации полученных знаний.

Ситуационный подход на начальном этапе закладывает фундамент для формирования профессиональных компетенций будущих специалистов. Кейс-метод оказывает положительное влияние на взаимодействие преподавателя и обучающегося, основанное на сотрудничестве и диалоге между ними.

Перенасыщенная информацией среда, в которой современный человек живет с самого детства, сковывает креативный потенциал личности, формирует установку на использование готовых решений и общедоступных сведений. Таким образом, как в рамках учебных модулей, так и при проведении отдельных занятий целесообразно продумать и реализовать дидактически оправданное сочетание традиционных и активных методов, чтобы развивать творческое мышление будущих специалистов.

*Библиографический список:*

- Литвинова В. В. Изучение анатомии человека в свете новых информационных технологий. Проблемы и перспективы / В. В. Литвинова, Н. М. Колот. Международный журнал экспериментального образования. 2014. №10. URL: <https://studylib.net/doc/25401689/izuchenie-anatomii-cheloveka-v-svete-novyh-informacionnyh-t>. Текст: электронный.
- Темина С. Ю. Интеграция системного и ситуационного подходов в процессе применения кейс-технологий в профессиональной подготовке учителя // Вестник КГУ. 2009. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/integratsiya-sistemnogo-i-situatsionnogo-podhodov-v-protsesse-primeneniya-keystehnologiy-v-professionalnoy-podgotovke-uchitelya>. Текст: электронный.
- Чернилевский Д. В. Дидактические технологии в высшей школе / Учебное пособие для вузов. М.: ЮНИТА-ДАНА, 2002. — 256 с. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01000756730>. Текст: электронный.
- Энциклопедия «Карьера». – URL: <http://znanie.info/portal/ec-main.html>. Текст: электронный.

УДК: 378.037.1

**Медведева С.А.**

Medvedeva S.A.

*Частное образовательное учреждение высшего образования  
«Санкт-Петербургский университет технологий управления и экономики»,  
г. Санкт-Петербург, Россия  
Private educational establishment of higher education «Saint-Petersburg University of  
Management Technologies and Economics»,  
Saint-Petersburg, Russia  
[s.medvedeva@spbacu.ru](mailto:s.medvedeva@spbacu.ru)*