

подсистему линейного руководства, а также ряд иных функциональных подсистем, специализирующихся на выполнении однородных функций.

Таким образом, система управления сотрудниками представляет достаточный интерес для написания дипломной работы по изучению особенностей управления персоналом с целью обретения и передачи опыта для успешного развития спортивных организаций.

Библиографический список

1. Беляцкий Н.П., Велеско С.Е., Ройш П. Управление персоналом: учебное пособие. - Мн.: Интерпрессервис, 2002. - 352 с.
2. Коул Дж. Управление персоналом в современных организациях / пер с англ. Н.А. Владимирова. - М.: Вершина, 2004. - 350 с.
3. Спивак В.А. Организационное поведение и управление персоналом. - СПб.: Питер, 2000. - 416 с.
4. Управление персоналом организации: учебник / под ред. А.Я. Кибанова. - 2-е изд., доп. и перераб. - М.: ИНФРА-М, 2012. - 638 с.

Чедов К. В.
Пермский государственный национальный
исследовательский университет,
г. Пермь, Россия

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОГРАММ ДВИГАТЕЛЬНОЙ
АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ НА ОСНОВЕ РЕЗУЛЬТАТОВ АНАЛИЗА
ВАРИАБЕЛЬНОСТИ РИТМА СЕРДЦА

Аннотация. Проектирование индивидуальных программ двигательной активности детей является перспективным направлением совершенствования оздоровительной деятельности образовательных организаций. Методика анализа вариабельности ритма сердца является важным инструментом для выявления особенностей степени напряжения регуляторных систем у каждого индивидуума и позволяет эффективно решать задачи планирования индивидуальных режимов двигательной активности обучающихся.

Ключевые слова: индивидуальная программа двигательной активности, анализ вариабельности сердечного ритма.

Одной из главных задач современной системы образования в Российской Федерации является сбережение и развитие здоровья детей, подростков и молодежи («Национальная доктрина развития образования», «Концепция долгосрочного социально-экономического развития РФ до 2020 года», Федеральные государственные образовательные стандарты).

Важным фактором успешной оздоровительной деятельности образовательных учреждений является организация оптимальной двигательной активности обучающихся, поскольку она способствует укреплению здоровья, всестороннему физическому развитию, формированию навыков здорового образа жизни, совершенствованию культуры двигательной активности и обеспечивает подготовку к самостоятельной жизнедеятельности в обществе.

Традиционная система физического воспитания в образовательных организациях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физической культуры, физического развития и подготовленности школьников нуждается в увеличении их двигательной активности. Решение данной задачи в нашей опытно-

экспериментальной деятельности осуществляется на основе организации физического воспитания с учетом принципов «спортизации». Под «спортизацией» мы понимаем творческий перенос элементов спорта в сферу физического воспитания [1].

Организационная сторона спортизации физического воспитания обучающихся состоит из следующих элементов: три занятия в неделю по два академических часа; занятия на основе избранного обучающимся вида спорта; обучающиеся объединяются в учебно-тренировочные группы; занятия проводит тренер-преподаватель; занятия проходят в виде тренировки; предусматривается переход из группы в группу [1].

Таким образом, спортизация предполагает увеличение физической нагрузки на организм обучающихся. Данная нагрузка становится дополнительным стрессовым фактором для организма детей и подростков. По мнению Р. М. Баевского и А. П. Берсеновой при воздействии на здоровье растущего организма посредством физических нагрузок необходимо учитывать его индивидуальные особенности, так как не все дети общеобразовательной школы готовы адекватно переносить тренирующие нагрузки, которые предусмотрены принципами «спортизации» [3].

При этом сущность проектирования индивидуальных программ двигательной активности состоит, прежде всего, в выборе и реализации таких объемов, интенсивности и направленности тренирующих воздействий, которые являются адекватными текущему состоянию обучающегося.

Методика анализа variability ритма сердца является важным инструментом для выявления особенностей степени напряжения регуляторных систем у каждого индивидуума и позволяет эффективно решать задачи планирования индивидуальных режимов двигательной активности обучающихся спортизированных общеобразовательных школ.

В рамках деятельности по реализации инновационной образовательной программы «Педагогическое сопровождение обучающихся при проектировании и реализации индивидуальных здоровьеразвивающих траекторий» нами проведено обследование обучающихся 1 класса муниципального автономного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 13» г. Кунгура Пермского края с помощью диагностического комплекса «Варикард 2.51». В исследовании приняли участие 29 человек.

Для изучения индивидуальных особенностей степени напряжения регуляторных систем у обучающихся мы применили метод математического анализа сердечного ритма при переводе тела исследуемого из положения лежа в положение стоя (ортостаз).

Н. И. Шлык, Е. Н. Сапожникова, Т. В. Красноперова предлагают четыре варианта реакции регуляторных механизмов, на основе показателей математического анализа ритма сердца, при ортостазе и рекомендации по индивидуализации режимов двигательной активности [3]. I вариант (автономно-центральный) характеризуется одновременным повышением активности механизмов автономной и центральной регуляции сердечного ритма. При этом показатели ИН и VLF возрастают.

Для II варианта (автономного) характерно повышение активности автономного контура при снижении активности центрального (снижается ИН и увеличивается VLF).

Особенность III варианта (центрального) заключается в том, что в ответ на смену положения тела происходит повышение активности парасимпатического отдела вегетативной нервной системы и снижение активности симпатического отдела, что ведет к снижению автономной регуляции при резком повышении центральной реакции сердечного ритма (ИН увеличивается, а VLF снижается).

В IV варианте (тормозном) в ответ на ортостатическое тестирование одновременно снижают свою активность оба контура регуляции (и автономный, и центральный), при этом ИН и VLF уменьшаются.

Анализ данных исследований вариантов реакции на ортостатическое тестирование показал, что 20,7 % (6 человек) обучающихся в ответ на смену положения тела реагировали усилением активности центрального отдела регуляции. У 51,8 % (15 человек) обучающихся при ортостазе одновременно активизировались автономные и центральные механизмы управления сердечным ритмом. 17,2 % (5 человека) испытуемых адаптировались к гравитационной нагрузке (ортостазу) усилением активности автономного контура управления сердечным ритмом, и у 10,3 % (2 человека) обучающихся в ответ на минимальную нагрузку – ортостаз – активность автономного и центрального контуров снижалась (тормозной вариант).

Исходя из этого, мы разработали рекомендации, которые могут быть полезны классному руководителю, родителям, учителю физической культуры, педагогу дополнительного образования при проектировании совместно с ребенком индивидуальной программы здоровьеразвивающей двигательной активности [2].

Обучающимся с автономным и автономно-центральным типами реакции на ортостатическое тестирование необходимы нагрузки тренирующего характера, так как у этих детей высокие адаптационные возможности и функциональные резервы механизмов вегетативной регуляции системы кровообращения.

Обучающиеся, относящиеся к центральному типу реакции при ортостазе, пока не готовы к тренирующим нагрузкам. Незнание этого может привести к перетренировке и к перенапряжению. При выявлении детей, относящихся к этой группе, необходимо на начальном этапе снижать их двигательную активность и в дальнейшем, при стабилизации деятельности систем, отвечающих за приспособление, повышать ее.

Адаптационные возможности учеников, относящихся к тормозному типу реакции, находятся на грани исчерпания. В таких случаях даже небольшая тренирующая нагрузка включает центральные линии управления. Одним словом, находится в предпатологическом (предболезненном) состоянии. К таким обучающимся нужен особый подход при дозировании физических нагрузок, для них в большей степени уместна адаптивная физическая культура.

Таким образом, двигательная активность, организованная с учетом особенностей текущего индивидуального состояния обучающихся на основе метода анализа variability сердечного ритма, создает предпосылки для развития физического здоровья детей.

Библиографический список

1. Бальсевич В. К. Основные положения концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы физкультурно-спортивного воспитания детей, подростков и молодежи России / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 2-4.
2. Чедов К. В., Ерофеева Н. Ю. К оптимизации диагностики функционального состояния учащихся спортизированных общеобразовательных школ / К. В. Чедов, Н. Ю. Ерофеева // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2013. – №5. – С. 35-39.
3. Шлык Н. И. Сердечный ритм и тип регуляции у детей, подростков и спортсменов. – Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2009. – 259 с.

Библиографический список

1. Физкультурно-спортивная среда образовательного учреждения [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/fizkulturno-sportivn..> Дата обращения: 20.05.2016
2. Строкань Валерия Викторовна, Коссе Сергей Евгеньевич Сущность и значение формирования валеологической культуры студентов высших учебных заведений // ППМБПФВС. 2009. №10 С.242-244

Чистопашин К.В., Андрюхина Т.В.
Российский государственный профессионально-педагогический университет,
Екатеринбург, Россия

ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ ТРЕНЕРА

Аннотация. В настоящее время для достижения высоких спортивных результатов большую роль играет профессиональный уровень тренера. Чтобы понять уровень профессионализма тренера, необходимо правильно и вовремя проводить диагностику, для возможного повышения и саморазвития его личности.

Ключевые слова: тренер, профессионализм, диагностика.

Существует две модели диагностики уровня профессиональной квалификации преподавателей: диагностическая и развивающая [3].

При диагностическом варианте на основе оценки сложившегося уровня профессиональной квалификации преподавателя решается вопрос о присуждении ему соответствующей категории.

Развивающие модели, выполняя ту же роль оценивания, направлены на оказание помощи преподавателю в раскрытии его творческого потенциала.

Выбор одной из указанных моделей зависит прежде всего от заинтересованности руководителей в присвоении повышенной квалификации педагогическим кадрам подведомственных им образовательных учреждений. В связи с этим в настоящее время появляется множество сложных, многофакторных методик, использование которых затрудняет объективность оценки преподавательского труда, вносит дополнительные трудности в формирование интереса к повышению квалификации.

В труде педагога объективным критерием может быть его способность успешно решать задачи обучения и воспитания в соответствии с требованиями системы образования, запросами общества, семьи и самого обучаемого.

Оценка результатов труда преподавателя связана с тем, насколько профессия соответствует его требованиям, мотивам, способностям, насколько он удовлетворен трудом в профессии.

Критерием оценки профессионализма преподавателя может быть устойчивая профессионально-педагогическая направленность, понимание значимости профессии, ее ценностных ориентации, совокупность необходимых профессионально-психологических качеств личности, позитивное отношение к себе как к профессионалу, отсутствие личностных деформаций.

Преподаватель-профессионал характеризуется сочетанием достаточно высокой успешности труда и внутреннего желания совершенствоваться в профессии.

Главным приоритетным критерием оценки результата труда остаются позитивные качественные изменения, определяющие приращения в личностном развитии