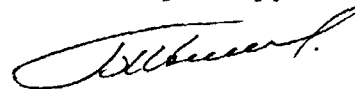


На правах рукописи



ИВЛИЕВ БОРИС КОНСТАНТИНОВИЧ

**ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
РАЗВИТИЯ И ТЕХНОЛОГИИ ШЕЙПИНГА В РОССИИ**

13.00.08 – Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и
адаптивной физической культуры

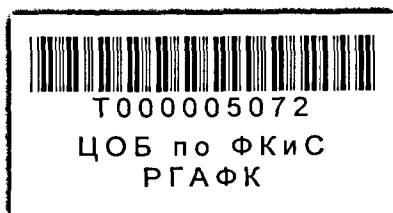
Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Москва - 2007

Работа выполнена на кафедре теории и методики гимнастики Российского Государственного Университета физической культуры, спорта и туризма

Научный руководитель – кандидат биологических наук, профессор
ЛИСИЦКАЯ Татьяна Соломоновна

Официальные оппоненты - доктор педагогических наук, профессор
Чепик Виктор Данилович



доктор педагогических наук, профессор
Мякинченко Евгений Борисович

Ведущая организация - Московская государственная академия
физической культуры

Защита состоится «6» марта 2007 в «14³⁰» часов на заседании
диссертационного совета К.311.003.01 Российского государственного универси-
тета физической культуры, спорта и туризма, по адресу:
105483, Москва, Сиреневый бульвар, 4. ауд.603

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Российского
Государственного университета физической культуры, спорта и туризма

Автореферат разослан «___» _____ 2006г.

Ученый секретарь
диссертационного совета

Чеботарева И.В.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. В настоящее время можно говорить о четырех актуальных стратегиях в разработке программ, связанных единой логикой физкультурно-оздоровительного процесса и предназначенных для практически здоровых лиц (взрослое население). Это: восстановление, сохранение, развитие и поддержание уровня физической, функциональной подготовленности.

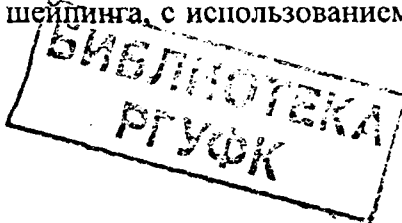
5042 Среди комплексных систем оздоровительной физической культуры большой популярностью в настоящее время пользуется отечественная система, получившая название "шейпинг", разработанная и запатентованная И.В.Прохорцевым (патент № 2007205, 1991 г.). Основная цель данной системы – гармоническое развитие занимающихся, коррекция фигуры, регуляция веса тела, воспитание культуры движения. По данным социологических исследований, по рейтингу наибольшего интереса шейпинг в настоящее время уступает только аэробике, опережая такие виды оздоровительной физической тренировки как бег, теннис, плавание и др. Вместе с тем, научно-методическое обоснование такой сложной по предназначению и широте охвата оздоровительной системы требует дальнейшего углубления на основе специальных исследований и системного изложения в научной и прикладной форме.

Объект исследования – система шейпинга как форма оздоровительной физической культуры, развивающаяся в России и за рубежом.

Предмет исследования – содержание и технология организационно-педагогической деятельности по инновационному развитию шейпинга в России.

Гипотеза исследования. Предполагается, что анализ, критическая оценка и обобщение состояния развития шейпинга на современном этапе с исследованием и практической проверкой возможностей широкого внедрения современных компьютерных технологий, будут способствовать не только дальнейшему успешному развитию этого вида двигательной активности, но и других видов оздоровительной тренировки.

Цель исследования – разработка организационно-педагогических основ и условий инновационного развития шейпинга, с использованием современных компьютерных технологий.



Задачи исследования:

1. Провести анализ основных организационно-педагогических условий развития шейпинга в России.
2. Изучить возможности и перспективы развития современных компьютерных технологий, позволяющих совершенствовать средства, методы и организационные основы шейпинга как физкультурно-оздоровительной системы с широким спектром применения.
3. Определить эффективность разработанных технологических основ шейпинга и определить концептуальные организационно-педагогические подходы по дальнейшему развитию данной системы.

Методологической основой диссертационного исследования являются теоретические и методические аспекты оздоровительной физической культуры, разработанные отечественными и зарубежными исследователями, педагогические и социологические исследования, а также инновационные тенденции в различных видах спорта и оздоровительных системах тренировки.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников, анализ официальных документов, контент-анализ программ, планов и т. п., педагогические наблюдения, социологический опрос (анкетирование, интервьюирование, беседы), антропометрические наблюдения, пульсометрия, естественный социально-педагогический эксперимент по развитию шейпинга в физкультурно-оздоровительных центрах, методы математической статистики.

Организация исследования

Исследования проводились с 1994 по 2005 г. в г. Москве, Санкт-Петербурге, Нижнем Новгороде, Ульяновске, Пензе и других городах РФ, с участием более 5000 женщин, занимающихся шейпингом, в возрасте 15-50 лет и состояли из трёх этапов.

Первый этап был посвящен разработке рабочей программы исследования, а также проведению пробного обследования.

Второй этап включал сбор и анализ фактологического, эмпирического и документального материала; проведение наблюдений за естественным педагогическим экспериментом по развитию шейпинга в Москве и Санкт-Петербурге. Антропометрические обследования проводились до занятий и после 1, 3, 6, 9, 12, 24, 36 месяцев занятий, что позволило проследить динамику изменений исследуемых показателей.

Третий этап был посвящен обработке, анализу, обобщению и системному изложению материалов и результатов диссертационного исследования.

Научная новизна исследования обусловливается рядом результатов, основные из которых: впервые экспериментально проверена и научно обоснована оздоровительная эффективность и преобразующая роль шейпинга в работе с занимающимися разных контингентов при использовании соответственно дифференцированных методических схем занятий; разработана и внедрена единая оригинальная система оценки (мониторинга) состояния занимающихся; предложена и экспериментально проверена методика проверки тренировочных и имиджевых программ с коррекцией по результатам оперативного мониторинга.

Теоретическая значимость исследования заключается: в обобщении опыта организационно-педагогического обеспечения и технологии инновационного развития шейпинга; в системном обосновании организационно-педагогических основ развития шейпинга в России; в дополнениях к теории и методике оздоровительной физической культуры в форме положений и выводов об особенностях организационно-педагогических условий развития форм массовой физической культуры с использованием современных компьютерных технологий.

Практическая значимость работы состоит в создании конструктивной концепции развития шейпинга и методов использования положительного практического опыта в различных сферах оздоровительной физической культуры.

Личный вклад автора. Впервые в практику проведения физкультурно-оздоровительных занятий с населением в городе Москве:

- автор внедрил систему шейпинга, предполагающую использование специальной материально-технической базы, включающей в себя комплекс компьютерных и видеотехнологий с шейпинг-программным обеспечением, видео- и теледемонстрационным оборудованием;

- автор внедрил технологию лидирующих видеопрограмм («шейпинг-классик», «шейпинг-про», «шейпинг-юни»), демонстрирующих на экране монитора одновременно три уровня сложности комплекса и позволяющих: индивидуализировать процесс тренировки, повысить самостоятельность занимающихся и освободить инструктора от рутинных обязанностей ведения занятия, предоставив ему возможность более тонкого индивидуализированного корректирования процесса исполнения упражне-