

Социологический анализ: Монография / Е. И. Салганова, В. Н. Козлов, Е. В. Грунт. Челябинск: Изд-во Челяб. гос. ун-та, 2009. 179с.

6. *Сластенин В. А.* Педагогика: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. М.: Изд. центр «Академия», 2002. 576 с.

7. *Соловьев А. И.* Культура гражданственности. К новой парадигме // Свободная мысль. 1992. № 7. С. 61–71.

8. *Сморгунова В. Ю.* Человеческое измерение права: Монография. СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. 300 с.

REFERENCES

1. *Bondarevskaja E. V.* Smysly i strategii lichnostno orientirovannogo vospitaniya [Tekst] / E. V. Bondarevskaja // Pedagogika. 2001. №1. S. 17.

2. *Kagaru M. S.* Grazhdanskoe obshchestvo kak kul'turnaja forma social'noj sistemy. [Tekst] / M. S. Kagan // Social'no-gumanitarnye znaniya. 2000. №6. S. 23–24.

3. *Keizerov N. M.* O sootnoshenii grazhdanskoj i politicheskoj kul'tur. [Tekst] / N. M. Keizerov. // Social'no-politicheskie nauki. 1991. №7. S. 121–128.

4. *Savotina N. A.* Grazhdanskoe vospitanie studencheskoj molodezhi [Tekst] / Monografija: Kaluga: Izd. dom. «Ejdos», 2004. 273 s.

5. *Salganova E. I.* Grazhdanskaja kul'tura uchashchejsja i studencheskoj molodezhi Cheljabinskij oblasti: Sociologicheskij analiz [Tekst]: Monografija / E. I. Salganova, V. N. Kozlov, E. V. Grunt. Cheljabinsk: Izd-vo Cheljab. gos. un-ta, 2009. 179s.

6. *Slastenin V. A.* Pedagogika [Tekst]: Uchebnoe posobie dlja studentov vysshih pedagogicheskikh uchebnyh zavedenij / V. A. Slastenin. M.: Izd. centr «Akademija», 2002. 576 s.

7. *Solov'ev A. I.* Kul'tura grazhdanstvennosti. K novoj paradigme [Tekst] / A. I. Solov'ev // Svobodnaja mysl'. 1992. №7. S. 61–71.

8. *Smorgunova V. Ju.* Chelovecheskoe izmerenie prava [Tekst]: Monografija / V. Ju. Smorgunova. SPb.: Izd-vo RGPU im. A. I. Gercena, 2008. 300 s.

Н. А. Иванищева

АНДРАГОГИЧЕСКИЕ КОНЦЕПЦИИ В ЦИКЛЕ ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Раскрыты андрагогические концепции в контексте гуманитарной области знания. Гуманитарность современного образования определена с позиции обращенности к человеку, к его правам и интересам, к необходимости его комплексного изучения как биопсихосоциального существа. Андрагогика, интегрируя человекознание с другими гуманитарными науками, обеспечивает выработку теоретических оснований применительно к обучению различных категорий и групп взрослого населения. Студенты рассмотрены как взрослеющие люди, которым в будущей профессиональной деятельности предстоит взаимодействовать с детьми и взрослыми. Обоснована необходимость включения основ андрагогики в образовательный процесс высшей школы. Представлены направления профессиональной подготовки бакалавров по овладению знаниями андрагогических концепций. Разработаны программа экспериментального курса и методические рекомендации по педагогической практике бакалавров.

Ключевые слова: андрагогические концепции, высшее профессиональное образование, гуманитаризация образования, гуманитарные дисциплины, андрагогические концепции в образовании бакалавра.

N. Ivanishcheva

ANDRAGOGY CONCEPTIONS IN THE HEI HUMANITIES CURRICULUM OF HUMANITARIAN SUBJECTS IN HIGHER EDUCATION

The article regards the andragogy conceptions in the context of humanities knowledge. The humanities aspect of modern education is regarded from the point of the human, the rights and

interests including a complex study of the bio-psychological and the social being. Integrating the knowledge of the human with other humanities studies, andragogy provides theoretical foundations for teaching various groups of adults. Students are viewed as a growing generation whose future profession implies interaction with children and grown-ups. It is argued that andragogy foundations should be included in higher education. An experimental course in andragogy is presented and recommendations for the student teaching are also given.

Keywords: andragogy conceptions, higher education, humanities aspect of education, humanities, andragogy conceptions in undergraduate education.

Происходящие в России демократические процессы, возвращение к общечеловеческим началам в функционировании общества и личности вызвали потребность существенного поворота высшего профессионального педагогического образования к гуманитаризации. Термин «гуманитарный» в традиционном понимании закрепился за комплексом наук (гуманитарные науки), имеющих своим предметом те или иные проявления человеческой духовности, то есть за философией, историей, этикой и др. Андрагогика в их числе относится к гуманитарной области знания. В ее пространстве осуществляется синтез идей и положений из области не только человекознания, но и обществознания, философии образования, культурологии и других дисциплин. Логика процесса требует выработки теоретических оснований отбора необходимых сведений применительно к обучению различных категорий и групп взрослого населения. Объединяющей доминантой служит проблематика участников образовательных процессов, характеризующихся состоянием зрелости.

Необходимость гуманитаризации образования определяется обострением глобальных проблем современности, реализацией идей международной глобализации и неизбежностью сближения мировых культур и народов.

В современных сложных экономических и социокультурных условиях России, вызванных глобальным кризисом, гуманитаризация становится одним из действенных факторов адаптации образовательного учреждения к тенденциям развития человека в рамках существующей цивилизации: путь освоения личностью мировой культуры.

Т. Г. Браже рассматривает гуманитарную культуру взрослых как глобальное явление, включающее:

- функциональную грамотность в области науки, литературы, живописи и других искусств — архитектуры, музыки, театра и кино, прикладных видов искусств;
- функциональную грамотность в области философии, истории, религиоведения, страноведения;
- владение культурой родной речи и иностранными языками;
- знание этических норм поведения и практического владения ими [1, с. 11].

Названные автором частные составляющие указывают на наличие гуманитарных знаний, на которых изначально базируется гуманитарная культура. Формирование последней, по мнению коллег кафедры педагогики РГПУ им. А. И. Герцена, осуществляется в логике гуманитарного познания, характеризующегося «направленностью на познание собственно человеческого в человеке, на познание человеческой субъективности, индивидуальности, обращенностью к духовному миру человека, к его личностным ценностям» [6, с. 10]. Гуманитарный подход делает возможным применять в процессе исследования субъектный подход, где исследуемый выступает в качестве развивающегося активного субъекта общения.

Интеграционные процессы в педагогическом образовании предполагают взаимосвязь и взаимодополнение всех специально организованных влияний на личность бакалавра — будущего педагога. Это обуславливает формирование специалиста, владеющего основными общими знаниями о человеке в его филогенезе и онтогенезе в сочетании и гармонизации биологического и социального в нем.

Именно такой подход обеспечивает формирование способностей будущего педагога по организации и реализации обучения и воспитания на основе прогрессивных идей

гуманистического и развивающего обучения с учетом андрагогических концепций. Интеграция андрагогических концепций в образовании студентов обеспечивает обогащение их знаний и жизненного опыта и способствует осознанию новейших научных открытий в педагогике, а также отбору активных методов, форм, средств, технологий обучения и воспитания с учетом познаний о человеке.

Исследование истории и теории развития андрагогики (С. Г. Вершловский, В. В. Горшкова, А. В. Даринский, С. И. Змеев, А. Е. Марон, В. Г. Онушкин, В. И. Подобед, Г. С. Сухобская, Е. П. Тонконогая и др.) свидетельствует о тесной связи этой отрасли науки о теории и методике образования взрослых в контексте непрерывного становления личности, с одной стороны, с совокупностью антропологических знаний о человеке как биопсихосоциальном существе, а с другой — с теориями образования (профессионального, дополнительного, непрерывного), особым образом встроенного с учетом становления взрослого человека.

Реализация современной гуманистической модели образования требует необходимости поиска новых путей совершенствования педагогического процесса в вузе в целях создания условий для личностно-ориентированного обучения, воспитания и профессионального самоопределения студентов. Неотъемлемый компонент профессионального образования студента педагогического вуза составляют андрагогические концепции.

Андрагогические концепции отражают целостное представление о взрослом человеке как методологическую основу профессионального самообразования, самоопределения, самореализации личности, развития ее устойчивой внутренней позиции, отражающей положительную настроенность во взаимодействии со взрослыми людьми, разными по возрасту и социальному статусу.

Базовой категорией андрагогических концепций выступает взрослый человек. Обращение к истории педагогической мысли свидетельствует, что проблема человека (в т. ч. взрослого человека) отражена в учениях Д. Дидро, А. Дистервега, И. Г. Песталоцци,

К. Д. Ушинского и др. В первых строках «Великой дидактики» Я. А. Коменским заявлено: «Человек есть самое высшее, самое совершенное и превосходнейшее творение» [5, с. 261]. Теоретические разработки проблемы образования взрослых принадлежат Б. Г. Ананьеву, В. П. Вахтерову, С. Г. Вершловскому, А. В. Даринскому, Ю. Н. Кулюткину, И. В. Крупиной, В. Г. Онушкину, Н. И. Пирогову, А. П. Ситник, Е. П. Тонконогой и др. Усвоение студентами как взрослеющими обучающимися концептуальных положений ученых о человеке и особенностях жизнедеятельности взрослого человека как носителя многообразных социальных ролей и субъекта различных видов деятельности является фундаментом профессиональной деятельности будущего педагога в процессе работы с детьми и со взрослыми (родителями, коллегами и т. д.).

Результаты проведенного исследования (с 1997 г.) проблем организации высшего педагогического образования на базе ГОУ ВПО «Оренбургский государственный педагогический университет» подтверждают, что андрагогические концепции дают основу структурирования содержания педагогического знания о взрослом человеке и содержат методологические представления о нем и особенностях его образования в разные периоды жизни. Андрагогические концепции доказывают, что образовательная деятельность должна осуществляться человеком независимо от возраста, должна способствовать успешности его индивидуального и социального существования. В связи с этим, разделяя позиции ученых [2; 3; 4; 7], значимым фактором профессионального становления педагога выступает эффективное теоретико-методическое обеспечение образовательного процесса сведениями андрагогики. Содержанием гуманитарного образования выступает человек во всем многообразии его проявлений, его жизнь. «Гуманитаризация образования предполагает значительное увеличение времени, отводимое учебным планом как на традиционные, так и на относительно новые для высшей школы (валеология, граждановедение) дисциплины гуманитарного

цикла», — пишет академик РАО Ю. В. Сенько, имея в виду «развертывание гуманизации образования в логике учебного предмета и учебного процесса» [8, с. 8].

Гуманитарные предметы мы рассматриваем как многофункциональные: человекоцентрические (в центре их изучения находится человек); гуманистические (формирование человеческих отношений, развитие активностворческих возможностей человека); воспитательные (формирование цельной развитой личности); эстетические (формирование понятия о прекрасном, возвышенном); мировоззренческие (выработка взглядов на мир, на место человека в этом мире); аксиологические (правильное оценивание мира и человека в нем); рефлексивные (развитие организационно-педагогических умений, умений самопознания, самореализации).

Обращение к бакалавру как взрослому человеку позволяет выстраивать процесс обучения с использованием основ андрагогики, а именно — андрагогических идей и концепций, андрагогических принципов обучения, андрагогического подхода. Это, в свою очередь, способствует формированию у него целостного образа человека как биопсихосоциального существа, умений взаимодействовать с людьми разного возраста и социального статуса, что сегодня в условиях гуманитарной парадигмы является важным. В новых условиях глобализации и международной интеграции востребован дипломированный бакалавр, который не только овладел набором общекультурных и профессиональных компетенций, но и реализует себя благодаря им: развивает свой творческий потенциал, вступает в личностно значимую коммуникацию с окружающими детьми и взрослыми, с культурой. Повышается ценность личности, ее человеческих качеств, меняется и отношение к образованию. Оно гуманизируется, его содержание наполняется культурными ценностями и смыслами, технологии становятся более гибкими.

Произведенный анализ содержания ФГОС ВПО по нескольким направлениям подготовки [9, 10], учебных планов и рабочих программ в Институте естествознания и экономики, на факультете «Социальная педагогика» ГОУ ВПО «Оренбургский

государственный педагогический университет» показал, что они не дают четкого представления о значимости андрагогических концепций в профессиональном образовании педагога; не в полной мере отражают целостное восприятие знаний о человеке и особенностях его образования и воспитания в разные периоды жизни; возможности использования андрагогических концепций в практической деятельности и в решении учебно-воспитательных задач.

Во ФГОС ВПО по направлениям подготовки 050100.62 Педагогическое образование, профиль «география» и «биология» квалификация (степень) «бакалавр» и 050400.62 Психолого-педагогическое образование, профиль «социальная педагогика» квалификация (степень) «бакалавр» обозначены требования к изучению проблемы человека в четырех учебных циклах: общие гуманитарные и социально-экономические дисциплины (ГСЭ); общие математические и естественно-научные дисциплины (ЕН); общепрофессиональные дисциплины (ОПД); дисциплины предметной подготовки (ДПП). Каждый из названных циклов с его базовой и вариативной частями представлен рядом дисциплин (модулей). Заметим, что требования к результатам освоения основных образовательных программ (ООП) бакалавриата обязывают выпускника овладеть набором общекультурных и профессиональных компетенций. Образовательные результаты в логике компетентного подхода понимаются как ожидаемые и измеряемые конкретные достижения выпускника, выраженные на языке знаний, умений, навыков, способностей, компетенций, которые описывают, что должен будет в состоянии он делать по завершении изучения ООП. Соответственно система профессиональной подготовки направлена в первую очередь на развитие профессиональных компетенций.

В рамках нашего исследования среди перечня профессиональных компетенций выпускнику важно обладать:

- способностью учитывать общие, специфические (при разных типах нарушений) закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения

и деятельности человека на различных возрастных ступенях;

- готовностью использовать методы диагностики развития, общения, деятельности и знание различных теорий обучения, воспитания, развития детей разных возрастов;
- способностью организовать совместную деятельность и межличностное взаимодействие субъектов образовательной среды;
- готовностью эффективно взаимодействовать с различными субъектами педагогического процесса (с педагогами, психологами, родителями, социальными партнерами образовательного учреждения), заинтересованными в обеспечении качества учебно-воспитательного процесса [9; 10].

Названные профессиональные компетенции предполагают целостное знание о человеке в онто- и филогенезе и об особенностях его образования в разные периоды жизни, а также способность вступать в ситуации взаимодействия с людьми разных возрастов — с детьми, подростками, взрослыми.

Сравнение перечня дисциплин базовой части ООП с целью выявления специфики дисциплин предметной подготовки позволило обнаружить четкую специфическую направленность и ориентацию дисциплин профиля «Социальная педагогика» на проблемы положения человека в социуме и его социализацию. Содержание дисциплин профиля «география» и «биология» делает упор на его природное начало. Оба профиля, подчеркивая односторонне отдельные характеристики, не способствуют в полной мере формированию у бакалавра представлений о человеке как целостном биопсихосоциальном существе.

Подтверждением сказанному выступают требования к результатам освоения ООП бакалавриата. Социальный педагог (квалификация (степень) «бакалавр социальной педагогики») должен знать: строение и особенности функционирования организма человека, нормы здорового образа жизни, специфику формирования отношений в социуме, формы и методы социальной работы с семьей и с различными категориями населения и др.; должен уметь: учитывать индивидуальные и возрастные особенности физиологии учащихся, взаимодействовать с учителями, родителями, специалистами

социальных служб в оказании помощи детям и подросткам и др.; должен владеть: различными средствами коммуникации, методами исследований в области педагогики и психологии лиц разных возрастов, методиками психолого-педагогической диагностики.

Содержание дисциплин профиля «география» и «биология» ориентировано на «природное начало» человека, что не способствует в полной мере формированию у бакалавра профессиональных компетенций по взаимодействию человека в социуме. Будущий учитель географии и биологии должен знать: естественно-научную картину мира, место и роль человека в природе; закономерности психического развития и особенности их проявления в учебном процессе в разные возрастные периоды и др.; должен уметь: учитывать в педагогическом взаимодействии индивидуальные особенности учащихся; осуществлять педагогический процесс в различных возрастных группах и типах образовательных учреждений; бесконфликтно общаться с различными субъектами педагогического процесса; должен владеть: технологиями приобретения, использования и обновления в области гуманитарных знаний; различными способами вербальной и невербальной коммуникации.

Изучаемые бакалаврами вузовские учебники и учебно-методические пособия также содержат общую информацию о человеке. Эти наблюдения послужили причиной проведения углубленного анализа используемых вузовских учебников для студентов I–II курсов рассматриваемых профилей.

Произведенный анализ содержания профессионального образования в педагогическом университете — ФГОС, вузовских учебников и учебно-методических пособий на предмет наличия в них места и роли андрагогики (андрагогических концепций) показал следующее:

- Во ФГОС в основном представлены вопросы, касающиеся человека обобщенно, усредненно;
- в учебниках по различным дисциплинам знания о человеке узкопрофильны, мозаичны, даются в отрыве от общей концепции человека;
- общепрофессиональный цикл дисциплин характеризуется многопредметностью,

но в нем не представлены основы андрагогики, необходимой будущим педагогам, которым в своей профессиональной деятельности предстоит работать как с детьми, так и со взрослыми людьми.

Стремясь преодолеть этот недостаток и обогатить знания студентов основами андрагогики, мы разработали и внедрили в образовательный процесс университета спецкурс «Андрагогика в профессиональном образовании педагога» (в объеме 34 часов).

Целью курса явилось овладение бакалаврами системой знаний и представлений о человеке как существе биопсихосоциальном, как личности и индивидуальности, а также подготовка их к реализации андрагогических концепций в будущей разноплановой области профессиональной деятельности — образование, социальная сфера, культура.

Экспериментальный спецкурс решал следующие задачи.

1. Изучить и проанализировать андрагогические идеи и концепции философов и педагогов России, стран ближнего и дальнего зарубежья.

2. Развить организационно-педагогические умения бакалавров по применению андрагогических знаний на учебных занятиях.

3. Разработать научно-практические рекомендации по использованию современных педагогических технологий для реализации андрагогических концепций на педагогической практике в общеобразовательных учреждениях г. Оренбурга.

Актуализация знаний андрагогических концепций, полученных из вузовских дисциплин, и при изучении спецкурса осуществлялась во время прохождения бакалаврами педагогической практики в муниципальных общеобразовательных учреждениях г. Оренбурга, что способствовало созданию целостного образа человека.

При проведении педагогической практики решались следующие ключевые задачи:

- обогащение опыта бакалавра андрагогическими знаниями путем взаимодействия со взрослыми людьми;
- развитие индивидуальных творческих способностей будущих педагогов;
- практическое познание закономерностей и принципов профессиональной

деятельности, овладение способами ее организации;

- проверка и применение общепедагогических теоретических знаний на конкретных фактах и в новых условиях;
- интеграция андрагогических концепций, полученных в вузе, с личным опытом, приобретаемым на педагогической практике;
- проведение рефлексии бакалавров по уровню андрагогической подготовки к самостоятельной профессиональной андрагогической деятельности.

С целью успешного прохождения педагогической практики в помощь бакалавру нами разработана программа, включающая варианты и серии педагогических заданий, ситуаций взаимодействия с детьми и взрослыми, дидактические игры.

Реализация знаний андрагогических концепций бакалаврами в профессиональной деятельности отслеживалась по трем критериям: когнитивный, мотивационный и практический. По этим критериям, являющимся одновременно компонентами готовности, была проведена диагностика на основе бланка самооценки и экспертной оценки, а также с использованием двух видов педагогической диагностики (наблюдение, анализ практической деятельности студентов, их творческих работ).

Оценка уровней готовности студентов экспертами, в качестве которых выступали преподаватели университета и школьные педагоги, и самооценка производились по четырехбалльной шкале с последующей математической обработкой и отнесением бакалавра к группе с высоким, средним или низким уровнем готовности по каждому показателю. Это дало возможность получить объективную картину знаний, мотивов, умений студентов по степени овладения и реализации андрагогических концепций.

На завершающем этапе эксперимента было обнаружено, что большая часть бакалавров находилась на среднем и высоком уровнях развития по каждому из показателей и критериев.

В ходе исследования было подтверждено, что педагогическая деятельность протекает наиболее успешно, если специалист обладает интегральными знаниями о человеке

и умеет формировать и совершенствовать свои организационно-педагогические компетенции во имя собственного образования на протяжении всей жизни.

Педагогические университеты, по нашему мнению, являются именно тем профилем высшей школы, где можно и нужно готовить специалистов по новой самостоятельной отрасли педагогики — андрагогике, в сферу содержания которой мы включаем необходимость знаний о человеке из таких дисциплин, как философия, психология, педагогика, культурология, анатомия, экология и др. Перечисленные дисциплины в той или иной мере входят в ООП по направлениям подготовки бакалавра психолого-педагогического и педагогического образования.

Современный педагог без знаний андрагогических концепций недостаточно профессионален. Педагогическая деятельность ориентирована на работу с людьми разных возрастных групп и социальных категорий: с детьми и их родителями, коллегами по работе, органами правопорядка, специалистами социальных служб и имеет множество направлений, которые можно охарактеризовать в разных аспектах:

- в административном — министерство, ведомство, тип учреждения;
- в возрастном — дети, молодежь, престарелые;

- в деятельностном — защита, профилактика, адаптация, коррекция, реабилитация, саморазвитие, самообразование и т. д.;

- в проблемном — детская беспризорность, алкоголизм, дезадаптация, девиантное поведение, родительская жесткость и т. д.

Таким образом, гуманитаризация высшего педагогического образования определяется как подход к его построению. Осуществляя профессиональную деятельность в сфере «человек—человек», педагог должен иметь углубленные знания о человеке, представленные разными областями наук, его изучающих. Знания, касающиеся проблемы человека вообще, особенно значимы для педагога, поскольку сфера его деятельности не ограничивается только образованием, воспитанием, развитием детей, общением с ними, но и организацией помощи им со стороны взрослых. Более того, расширение сфер профессиональной деятельности требует знаний о человеке разных периодов жизни (от ребенка до взрослого), что обуславливает необходимость его комплексного изучения как биопсихосоциального существа в процессе университетского образования бакалавра. Становится очевидным, что особую актуальность в этой связи приобретает вопрос о необходимости использования андрагогики в профессиональном становлении бакалавра.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Браже Т. Г. Гуманитарная культура взрослых: развитие в процессе непрерывного образования. СПб.: Тускарора, 2006. 164 с.
2. Верилковский С. Г. Андрагогика: Образовательная программа. СПб.: СПбАППО, 2004. 26 с.
3. Громкова М. Т. Андрагогика: теория и практика образования взрослых: Учеб. пособ. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2005. 495 с.
4. Змеев С. И. Андрагогика: Основы теории, истории и технологии обучения взрослых. М.: ПЕР СЭ, 2007. 272 с.
5. Коменский Я. А. Великая дидактика // Избр. пед. соч.: В 2 т. / Под ред. А. И. Пискунова и др. М.: Педагогика, 1982. Т. 1. С. 242–476.
6. Организация самостоятельной работы студентов по педагогике: развитие профессиональных компетенций / Под ред. А. П. Тряпицыной. СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2009. 167 с.
7. Практическая андрагогика: Книга 2. Опережающее образование взрослых: Монография / Под ред. В. И. Подобеда, А. Е. Марона. СПб.: ГНУ ИОВ РАО, 2009. 404 с.
8. Сенько Ю. В. Гуманитарные основы педагогического образования: Курс лекций: Учеб. пособие. М.: Академия, 2000. 240 с.
9. ФГОС ВПО по направлению подготовки 050100.62 — Педагогическое образование, профиль «география» и «биология» (квалификация (степень) «бакалавр») [утвержден Приказом Минобрнауки РФ от 22 декабря 2009 г. № 788]. М., 2010. 15 с.
10. ФГОС ВПО по направлению подготовки 050400.62 — Психолого-педагогическое образование,

профиль социальная педагогика (квалификация (степень) «бакалавр») [утвержден Приказом Минобрнауки РФ от 22 марта 2010 г. № 200]. М., 2010. 14 с.

REFERENCES

1. *Brazhe T. G.* Gumanitarnaja kul'tura vzroslyh: razvitie v processe nepreryvnogo obrazovanija. SPb.: Tuskarora, 2006. 164 s.
2. *Vershlovskij S. G.* Andragogika: Obrazovatel'naja programma. SPb.: SPbAPPO, 2004. 26 s.
3. *Gromkova M. T.* Andragogika: teorija i praktika obrazovanija vzroslyh: Ucheb. posob. M.: JuNITI–DANA, 2005. 495 s.
4. *Zmeev S. I.* Andragogika: Osnovy teorii, istorii i tehnologii obuchenija vzroslyh. M.: PER SJE, 2007. 272 s.
5. *Komenskij Ja. A.* Velikaja didaktika // Izbr. ped. soch.: V 2 t. / Pod red. A. I. Piskunova i dr. M.: Pedagogika, 1982. T. 1. S. 242–476.
6. Organizacija samostojatel'noj raboty studentov po pedagogike: razvitie professional'nyh kompetencij / Pod red. A. P. Trjapicynoj. SPb.: Izd-vo RGPU im. A. I. Gercena, 2009. 167 s.
7. Praktičeskaja andragogika: Kniga 2. Operezhajushčee obrazovanie vzroslyh: Monografija / Pod red. V. I. Podobeda, A. E. Marona. SPb.: GNU IOV RAO, 2009. 404 s.
8. *Sen'ko Ju. V.* Gumanitarnye osnovy pedagogičeskogo obrazovanija: Kurs lekcij: Ucheb. posobie. M.: Akademija, 2000. 240 s.
9. FGOS VPO po napravleniju podgotovki 050100.62 Pedagogičeskoe obrazovanie, profil' geografija i biologija (kvalifikacija (stepen') «bakalavr») [utverzhen Prikazom Minobrnauki RF ot 22 dekabrja 2009 g. № 788]. M., 2010. 15 s.
10. FGOS VPO po napravleniju podgotovki 050400.62 Psihologo-pedagogičeskoe obrazovanie, profil' social'naja pedagogika (kvalifikacija (stepen') «bakalavr») [utverzhen Prikazom Minobrnauki RF ot 22 marta 2010 g. № 200]. M., 2010. 14 s.

V. M. Башкин

ОПТИМИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА ОСНОВЕ ИЗМЕНЕНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ НЕРВНО-МЫШЕЧНОГО АППАРАТА СПОРТСМЕНОВ

Исследовано изменение упругости мышц при различных беговых нагрузках. Определена корреляционная зависимость между изменением показателя упругости мышц и выполненной нагрузкой в различные периоды тренировок.

Ключевые слова: упругость мышц, функциональное состояние, нервно-мышечный аппарат, утомление, механические свойства, нагрузка.

V. Bashkin

OPTIMIZATION OF TRAINING PROCESS ON THE BASIS OF CHANGING THE FUNCTIONAL STATE OF NERVE-MUSCULAR ORGANS OF SPORTSMEN

The change of elasticity of muscles has been examined at various racing loads, and a correlation dependence between the change of a parameter of elasticity of muscles and the executed loading during various periods of trainings is found.

Keywords: elasticity of muscles, functional condition, nerve-muscular organs, exhaustion, mechanical properties, load.

Спортивные достижения на мировой арене достигаются за счет предельных по объёму и интенсивности тренировочных

нагрузок, которые также проходят на высоком психоэмоциональном фоне, что нередко приводит к срыву адаптивных возможностей