

**Федеральное государственное автономное учреждение
«Федеральный институт развития образования»
Образовательный консорциум Среднерусский университет
Автономная некоммерческая организация
высшего профессионального образования
«Московский областной гуманитарный институт»
Автономная некоммерческая организация
высшего профессионального образования
«Московский гуманитарный институт»
Негосударственное образовательное учреждение высшего
профессионального образования Тульский институт управления и
бизнеса имени Никиты Демидовича Демидова**

**ФЕНОМЕН ЧЕЛОВЕКА.
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ
НАУК И ОБРАЗОВАНИЯ**

Подольск 2013

УДК 009-37.8

ББК 60-74.5

Ф 15

Редакционная коллегия:

А.Ю. Белогуров - доктор педагогических наук, профессор, заместитель директора Государственного бюджетного научного учреждения города Москвы «Московский институт развития образования»

Р.М. Чудинский - доктор педагогических наук, профессор кафедры психологии, педагогики и профессионального образования АНО ВПО «Московский областной гуманитарный институт»

С.Н. Вольхин – доктор педагогических наук, проректор по НИР НОУ ВПО «Тульский институт управления и бизнеса им. Н.Д. Демидова»

А.А. Володин – кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии, педагогики и профессионального образования АНО ВПО «Московский областной гуманитарный институт»

Ф 15

Феномен человека. Актуальные проблемы социально-гуманитарных наук и образования: межвузовский сборник статей – Подольск: Ваш Домъ, 2013. 180 с.

ISBN 978-5-98204-089-3

В сборник вошли статьи исследователей из России и Белоруссии, посвященные различным аспектам социально-гуманитарных наук и образования.

УДК 009-37.8

ББК 60-74.5

Ф 15

ISBN 978-5-98204-089-3

© коллектив авторов, 2013

© АНО ВПО «МОГИ», 2013

© АНО ВПО «МГИ», 2013

НОВАЯ ПАРАДИГМА ОБРАЗОВАНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ШИРОКОМАСШТАБНОЙ ИНТЕГРАЦИИ

А.Н. Яковлев, Е.А. Масловский, В.С. Милун

УО «Голесский государственный университет», Пинск, Республика Беларусь

Введение. В современных условиях разработка стандартов третьего поколения в компетентностном формате актуализировала проблему отбора базовых (исповедных, универсальных, переносимых) профессиональных компетенций, но практически не затронула проблемы «тела» и «телесности», которые теснейшим образом связаны с сохранением здоровья.

Эти понятия настолько разведены, что современная система физического воспитания не может выработать образовательной парадигмы, которая обеспечила бы не только сохранение здоровья всех групп населения, но и устранила предпосылки возникновения негативных тенденций.

При этом педагогические научные изыскания исследователей проходили по-разному и решали задачи, связанные с понятием ключевые компетенции, с основаниями их разграничения, классификации.

Так, например, А.В. Хугорской [2002] выделил главные компетенции личностного самосовершенствования, направленные на освоение способов физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной саморегуляции и самоподдержки. При этом реальным объектом в сфере данных компетенций выступает сама личность. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования (доработка 15 февраля 2011 года) подтверждает комплекс качеств, связанных с основами безопасной жизнедеятельности личности.

И.А. Зимняя [2002], считает, что можно выделить десять основных компетенций, а на первое место она ставит компетенции, относящиеся к самому человеку как личности, субъекту деятельности, общения: «...компетенции здоровьесбережения: знание и соблюдение норм здорового образа жизни, знание опасности курения, алкоголизма, наркомании, СПИДа; знание и соблюдение правил личной гигиены, обихода; физическая культура человека, свобода и ответственность выбора образа жизни...».

В 3 разделе стандарта «Требования к структуре основной образовательной программы среднего (полного) общего образования» в Программе духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся на ступени среднего

(полного) общего образования указывается, что она должна быть направлена в числе прочего на:

- сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени среднего (полного) общего образования как одной из ценностных составляющих личности обучающегося;

- формирование у обучающихся ценностей здорового и безопасного образа жизни, устойчиво определяющих их поведение по отношению к себе и окружающему миру;

- формирование осознанного отношения к выработке собственного уклада здорового образа жизни, включающего: ценность и взаимозависимость физического, психологического, социального здоровья и экологического состояния окружающей его среды, оптимальное сочетание труда и отдыха, режим дня, индивидуальный рацион здорового питания, оптимальный режим двигательной активности;

- формирование устойчивой потребности в занятиях физическим трудом, физической культурой и спортом на протяжении всей жизни;

- формирование устойчивой негативной позиции по отношению к сквернословию, табакокурению, употреблению алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ;

- формирование мотивации самостоятельно поддерживать и укреплять свое здоровье через осознание значимости профилактических мероприятий, использование оздоровительных систем и навыков личной гигиены [10].

В этой связи личностно-ориентированная образовательная парадигма, реализуемая через компетентный подход, будет способствовать укреплению физического, психологического и социального здоровья обучающихся, формированию у них ценностей здорового и безопасного образа жизни, что потребует решения задач: создание устойчивой мотивации на здоровье и обучение их здоровой жизнедеятельности; создание здоровьесберегающей образовательной среды и педагогических технологий на основе формирования общей культуры и как ее неотъемлемой части – культуры здоровья.

Система физического воспитания в образовательных учреждениях заведении предусматривает комплексное и систематическое изучение уровня развития выносливости и быстроты, определяющих функциональное состояние организма студента. Наиболее перспективным и эффективным является определение изучаемых физических качеств по показателям паспорта здоровья, который позволяет выявить динамику изменения показателей и на этой основе дать четкие рекомендации по изменению содержания процесса физического воспитания в процессе обучения студентов.

Цель исследования -- изучить динамику уровня развития быстроты и выносливости по показателям паспорта здоровья студентов различного (в том числе не физкультурного) профиля города Смоленска, Мозырь, Пинск.

Методы исследования: анализ и синтез специальной научно-методической литературы; анализ архивных и документальных источников; педагогическое наблюдение; констатирующий педагогический эксперимент; контрольно-педагогические испытания (тесты); анализ данных математической статистики.

Организация исследования. Структура экспериментального исследования состояла из трех этапов. Были протестированы студенты высших учебных заведений города Смоленска.

На первом этапе (сентябрь 2006 года) осуществился анализ специальной научно-методической литературы по проблеме воспитания быстроты и выносливости.

На втором этапе (октябрь 2006 – июнь 2010 гг.) проводилось экспериментальное тестирование уровня развития быстроты и выносливости у юношей и девушек высших учебных заведений Смоленска с последующим занесением показателей в паспорт здоровья.

На третьем этапе (2010-2012гг) проводилось экспериментальное тестирование уровня развития быстроты и выносливости у юношей и девушек высших учебных заведений Мозыря и Пинска с последующим занесением показателей в паспорт здоровья. Осуществлялся анализ динамики показателей быстроты и выносливости по данным паспорта здоровья в течение двух лет и на этой основе оптимизация процесса физического воспитания в вузах.

Результаты исследования: В результате совместных исследований кафедр теории и методики физической культуры, анатомии и биомеханики, проведенных в Смоленской государственной академии физической культуры и спорта было выявлено, что на начальном этапе обучения в вузе по итогам проведенного медицинского осмотра были предложены нормативы как для студентов непофильного вуза, так и специализированного (СГАФКСТ).

В этой связи применен одинакового подхода к оценке уровня физической подготовленности мало оправдано. При этом, например, при выполнении прыжка в длину с места студентка получила 1 балл, показав результат равный 150 -155см. и меньше. Соответственно, 5 баллов она получит за результат от 181 до 195 см. Возникает вопрос: сколько баллов она получит за результат более 195 см? Ответ: по этим нормативам она должна получить 6 баллов.

Аналогичное несоответствие характерно для оценок всех тестов юношей и девушек.

Применение рейтинговой оценки, главным образом, уровня развития физических качеств позволил в вариативном плане учитывать морфофункциональные особенности студенческой молодежи.

Следовательно, необходимо разработать нормативы оценки ОФП юношей и девушек с указанием диапазонов (от – до) для каждой оценки, выраженной в баллах, несомненно, с учетом возрастного диапазона.

По результатам исследований, проведенных в вузах Смоленска (Филиал Российского государственного торгово-экономического университета, Филиала Российского университета туризма и сервиса, Смоленского государственного университета, Смоленского гуманитарного университета) были выявлены общие закономерности оценки динамики общей физической подготовленности студентов 1- 3-го курсов в течение учебного года и на этой основе были разработаны нормативы оценки двигательных способностей студентов 1-3-го курсов.

В процессе занятий физическими упражнениями как во время учебной и внеучебной деятельности следует поддерживать высокий уровень проявления быстроты, так как тенденция к снижению результатов отмечается у студентов независимо от ведомственной принадлежности вуза, профиля обучения (результаты бега на 60 метров значительно ухудшаются от 1-го ко 2-му курсу ($p < 0,01$), имеют тенденцию к ухудшению от 2-го к 3-му курсу ($p > 0,05$) и значительно различаются у юношей 1 и 3 классов ($p < 0,01$).

Для корректировки педагогического процесса необходимо разработать по этому показателю отдельные нормативы для каждого года обучения.

Аналогичная картина прослеживается в результатах бега на 1000 метров ухудшаются от 1-го ко 2-му курсу ($p < 0,01$) и вновь улучшаются к 3-му курсу ($p > 0,05$). У девушек результаты прыжков в длину с места и бега на 60 м не имели достоверных различий в конце 1, 2 и 3 курсов. Следовательно, быстрота и скоростно-силовые

возможности девушек 1, 2 и 3 курсов стабилизируются и нормативы для них по этим показателям могут быть одинаковыми.

Результаты бега на 500 метров значительно ухудшаются от 1-го ко 2-му курсу ($p < 0,01$), а от 2-го к 3-му – имеют тенденцию к ухудшению ($p > 0,05$). У девушек 1-х и 3-х курсов результаты достоверно различаются. По этому показателю нормативы должны быть раздельными.

Сила мышц брюшного пресса стабилизируется от 1-го ко 2-му курсу ($p > 0,05$) и достоверно ухудшается к 3-му курсу ($p < 0,01$). Показатели мышц брюшного пресса достоверно различаются у девушек 1-го и 3-го курсов.

Таким образом, скоростно-силовые возможности юношей и девушек и быстрота у девушек стабилизируются от 1-го к 3-му курсу.

Силовые возможности постепенно улучшаются у юношей от 1-го к 3-му курсу, а быстрота, наоборот, ухудшается. Выносливость снижается от 1-го ко 2-му курсу и вновь повышается.

Выносливость у девушек ухудшается от 1-го ко 2-му курсу и имеет тенденцию ухудшения к 3-му курсу. Сила мышц брюшного пресса сначала стабилизируется, а затем снижается к 3-му курсу.

У юношей и девушек 1, 2 и 3 курсов выявлен различный уровень развития силовых возможностей, быстроты и выносливости. Для оценки этих физических качеств необходимо разрабатывать раздельные нормативы по возрастному и половому признакам. Одинаковые нормативы могут быть у юношей и девушек 1-3 курсов при оценке скоростно-силовых возможностей и быстроты у девушек 1-3 курсов.

Проведенные исследования подтверждаются данными В.П. Губа [В.П. Губа, 2008]. Выявлено, что у девушек СмолГУ и СГУ наилучшие показатели быстроты по тесту бега 30 м установлены в начале занятий по физическому воспитанию в высшем учебном заведении 5,34 и 5,46с., соответственно. У юношей отмечается такая же тенденция, при которой в 17 лет установлен наилучший показатель бега 30 м – 4,35 и 4,36с., соответственно.

В дальнейшем у девушек и юношей Смоленского государственного университета и Смоленского гуманитарного университета происходит достоверное ухудшение показателей быстроты ($p < 0,05$). К концу второго курса обучения в вузе у девушек и юношей СмолГУ показатели достигают максимально худшего значения – 5,59 и 4,86 с., соответственно ($p < 0,05$) [В.П. Губа, 2008].

Установлено, что у девушек и юношей СГУ к концу обучения по предмету физическое воспитание результаты быстроты по показателям паспорта здоровья ухудшаются до 4,63 и 4,78 с., соответственно ($p < 0,05$).

У девушек СмолГУ показатели общей выносливости имеют тенденцию к улучшению по окончании обучения на втором курсе на 4 с, а у девушек СГУ ухудшения на 7 с, но они не достоверны ($p > 0,05$).

Сравнительный анализ динамики изменения результатов общей выносливости у юношей свидетельствует об улучшении данных у студентов СмолГУ на 10 с. и ухудшении у студентов СГУ на 22 с ($p > 0,05$). Характерно, что у девушек и юношей СмолГУ и СГУ отмечается низкий уровень развития быстроты и выносливости по показателям паспорта здоровья [В.П. Губа, 2008].

Выявленные особенности состояния развития быстроты и выносливости студентов, которые свидетельствуют о функциональных возможностях организма в частности и здоровья в целом позволяют сделать вывод о том, что система организации учебных занятий по физическому воспитанию в вузе не отвечает современным требованиям.

Изучение динамики физической подготовленности по данным паспорта здоровья позволяет оперативно оценить качество учебного процесса, но этого не достаточно, для внесения корректив в учебный процесс.

Необходимо разработать и внедрить практические и методические рекомендации по качественному улучшению процесса обучения на основооперативных данных показателей паспорта здоровья физической подготовленности с целью укрепления и сохранения здоровья студентов.

Следует выделить наиболее привлекательные и действенные средства, которые наряду с мониторингом уровня физической подготовленности в образовательных учреждениях будут включать показатели физического развития и различные показатели функционального состояния организма студентов и школьников, а также теоретические знания по дисциплине «Физическая культура».

Неосомненно, что своевременное выявление ранних стадий функциональных нарушений и начальных признаков возникновения различных заболеваний является и экономически более целесообразным.

Кафедры теории и методики физического воспитания [А.П.Яковлев, 2006-2008гг.], анатомии и биомеханики [В.П.Губа, В.Н.Чернова, 2006-2008гг.] Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма провели мониторинг физического здоровья студенческой молодежи. Оценка физического развития студентов проводится по показателям, рекомендованным ВНИИФК для мониторинга

Аналогичные исследования проведены в Мозырском государственном университете им. Шемякина, Полесском государственном университете [А.Г.Фурманов, В.А.Горовой, А.П.Яковлев, 2012].

По результатам исследований осуществлено внедрение в процесс организации спортивно-массовых мероприятий со студентами методической разработки «Паспорта здоровья студентов» для наблюдения динамики показателей физического развития и физической подготовленности, экспресс-оценки уровня здоровья и двигательной активности студентов, внесения корректив в учебный процесс с учетом данных показателей в паспорте здоровья.

Исследования, проведенные в вузах на территории постсоветского пространства позволили составить центральные таблицы основных показателей физического развития юношей и девушек студенческого возраста, проживающих постоянно в Смоленской, Брестской, Гомельской областях, которые могут быть использованы как региональные ориентиры нормы для оценки физического развития молодежи студенческого возраста.

Оценка уровня **физической подготовленности** студентов проводится в соответствии с требованиями примерной программы по дисциплине «Физическая культура» для высших учебных заведений. Ежегодно в начале и конце учебного года проводятся следующие контрольные испытания.

Оценка **функционального состояния** организма студентов проводится методами донологической диагностики (математический анализ ритма сердца, анализа вариабельности сердечного ритма), в последние десятилетия в связи с развитием компьютерных технологий популярна во всем мире. Для записи ЭКГ и анализа ВСП используется серийно выпускаемый 4-х каналный комплекс «Варикард» с программным обеспечением «Иским б», который позволяет обследовать за пару две учебные группы по 15 человек.

ЭКГ регистрируется в положении сидя, в одном из стандартных отведений (5 мин). Комплексная оценка ВСП проводится по показателю активности регуляторных систем. При их оценке выделяют три зоны функциональных состояний. В осеннем семестре каждого учебного года проводится скрининг (от англ. *screening* – «отбор,

сортировка», может означать как система первичного обследования групп клинически бессимптомных лиц с целью выявления случаев заболевания первокурсников по ВСР.

Так, в 2010-2012 учебных годах были обследованы первокурсники. Распределение студентов по группам функциональных состояний организма, принятых в допозологической практике, показало, что 35-36% первокурсников, независимо от года приема в вуз, находятся в состоянии удовлетворительной адаптации; 37-39% испытывают напряжение регуляторных систем, характерное для допозологических состояний; у 17-10% отмечались преморбидные состояния; а у 4-5% – срыв адаптации. Отмечены нарушения ритма сердца различной степени у 5-6% обследованных первокурсников.

Повторное обследование студентов на втором и третьем курсах позволяет проследить динамику их функционального состояния в процессе обучения в вузе. Проводимые исследования позволяют провести сравнительный анализ адаптационных возможностей и функциональных резервов организма студентов разного пола, различных факультетов и специальностей, прибывших из различных районов области и других регионов страны и т.д.

Особенно актуальным представляется выявление студентов с нарушениями ритма сердца различной степени, которые занимают в основной медицинской группе, для обеспечения адекватной физической нагрузки в целях предупреждения несчастных случаев на практических занятиях по физической культуре. Центр СУЗС и кафедра физического воспитания работают в тесном контакте с учебно-научно-медицинским центром и санаторием-профилакторием университета, городской поликлиникой, организуя студентам из группы риска своевременные консультации и углубленные обследования у кардиолога и других специалистов.

Анализ результатов исследований, проведенный на территории Смоленской области и Брестской области, Гомельской области позволил акцентировать внимание на повышение требований к нормативным показателям студентов, которые по нашему мнению должны отвечать требованиям современности. «Сражение» за инфокоммуникационное пространство в цивилизации так же важно, как и «битва» за «телесное здоровье», проявление которого может материализоваться в контрольных нормативах – как итог физкультурно-спортивной деятельности.

По нашему мнению нормативная оценка уровня физической подготовленности студентов основного учебного отделения (мужчины) Казахстана наиболее ярко отражает современные тенденции в теории и методике физического воспитания, которые с лекторий коррективкой предлагаются к дискуссии (табл.1). Следует подчеркнуть, что одним из важнейших физических качеств является выносливость – способность человека противостоять утомлению при выполнении различных видов деятельности (умственной, физической, сенсорной) и трудовых процессов избранной специальности и в бытовых условиях жизни. Анализ научных данных подтверждается материалом студентов Казахского Государственного Университета, которые оценивали свою умственную работоспособность (табл.2).

Аналогичные результаты были получены при изучении умственной работоспособности студентов инженерного вуза с применением более объективных методов исследования, заключающихся в выполнении арифметических действий в течение определенного времени (2 минуты).

Полученные результаты наглядно свидетельствуют о преимуществе в умственной работоспособности студентов, активно занимающихся физическими упражнениями.

Полученные данные указывают на лучшую устойчивость умственной работоспособности в день проведения уроков физического воспитания, как по количеству решенных примеров, так и по количеству допущенных ошибок. В день

отсутствия урока физического воспитания показатели устойчивости умственной работоспособности значительно падают, особенно у студентов, не занимающихся физической культурой и спортом

Главный критерий учебного процесса в вузе – это успеваемость. Приведем только один пример – официальные результаты одной из экзаменационных сессий.

Таблица 1

Контрольные нормативы для оценки уровня физической подготовленности студентов основного учебного отделения (мужчины)

Упражнения	Оценка в баллах			
	Отл.	Хорошо	Удовл.	Неудовл.
1. Бег 100 м (сек)	13,4-13,6	13,7-14,0	14,1-14,5	более 14,5
2. Прыжки в длину с места (см)	245	135-244	225-234	менее 225
3. Прыжки в длину с разбега (см)	480	460-435	410-390	менее 390
4. Подтягивание на перекладине	15	12-9	8-6	менее 6
(женщины)				
1. Бег 100 м (сек)	15,6	15,7-16,5	16,5-17,5	более 17,5
2. Прыжки в длину с места (см)	190	184-189	165-183	менее 165
3. Прыжки в длину с разбега (см)	360	350-325	300-280	менее 280

Таблица 2

Самооценка умственной работоспособности (n=1000) в %

Наступает умственное утомление	Спортсмены	Не спортсмены
Через 2 часа занятий	5,36	7,82
Через 3 часа	15,05	25,66
Через 4 часа	25,60	33,00
Через 5 часов	19,72	12,39
Через 6 часов	29,58	15,19

Таблица 3

Успеваемость студентов Казахского Государственного Университета

№	Успевают в учебе	Студенты-спортсмены (n=587)	Студенты, не занимающиеся спортом (n=678)
1	На отлично	8,10	6,00
2	На отлично и хорошо	26,62	22,71
3	На хорошо	28,37	30,38
4	На хорошо и удовлетворительно	29,07	27,59
5	На удовлетворительно	7,58	6,31
6	Имеют неудовлетворительные оценки	0,34	5,01

Проведенные исследования свидетельствуют об актуальности массовых скрининговых обследований студентов, организации системы мониторинга уровня здоровья и адаптационных возможностей организма студентов в процессе обучения в вузе методами допозитивической диагностики в целях своевременного выявления лиц с напряжением регуляторных систем, профилактики перенапряжений механизмов адаптации и соответствующей коррекции.

Выводы. Нормативы оценки общей физической подготовленности должны быть дифференцированными (по курсам) для оценки выносливости и силовых возможностей у юношей и девушек и быстроты у юношей 1-3 курсов. Нормативы могут быть общими для оценки скоростно-силовых возможностей у юношей и девушек и быстроты у девушек 1-3 курсов. После прохождения медицинского осмотра студенты основной и подготовительной медицинских групп сдают контрольные нормативы, после чего зачисляются в учебные отделения и группы. Роль и место СМГ в этом процессе тоже очень важна.

Литература

1. Губа, В.П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи: учеб. пособ. / В.П.Губа, О.С.Морозов, В.В.Парфененков. М.: Советский Спорт, 2008. – 206 с

2. Делор, Ж. Образование: сокрытое сокровище [Электронный ресурс]. Основные положения Доклада Международной комиссии по образованию для XXI века//МОУ ВШП ЮНЕСКО «Информация для всех». 2007. URL: <http://www.ifap.ru/library/book201.pdf> (дата обращения 10. 09. 2011).

3. Зимняя, И.А. Компетентность человека – новое качество результата образования / Проблемы качества образования: Книга 2. Компетентность человека – новое качество результата образования //Материалы XIII Всероссийского совещания – М.; Уфа: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов. 2003. – С.10.

4. Изаак, С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика / С.И.Изаак. – М.: Советский спорт. 2005. – 196 с.

5. Иорданская, Ф.А., Юдинцева М.С. Мониторинг здоровья и функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов в процессе учебно-тренировочной работы и соревновательной деятельности: монография / Ф.А. Иорданская, М.С. Юдинцева. – М.: Советский спорт, 2006. – 184 с.

6. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б.Х. Ланда: учеб. пособ. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2006. – 208 с.

7. Примерная программа дисциплины «Физическая культура» / Сост.: Ильинич В.И., Евсеев Ю.И. – М.: 2000.

8. Салов, В.Ю. Теоретические и методические основы формирования здорового образа жизни учащейся молодежи средствами физической культуры: автореф. дис. д-ра пед наук / В.Ю.Салов – СПб., 2001. – 51 с.

9. Семенов, Л.А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях: монография / Л.А. Семенов – М.: Советский спорт. 2007. – 168 с.

10. Семенов, Ю.Н., Бабаский Р.М. Аппаратно-программный комплекс «Варикард» для оценки функционального состояния организма по результатам математического анализа ритма сердца. Вариабельность сердечного ритма / Ю.Н. Семенов, Р.М. Бабаский. - Ижевск: Удмуртский гос. ун-т, 1996. – С. 160-162.

11. Современные аспекты спортивной морфологии. Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры / Р.Н.Дорохов, А.А. Сулимов. – Смоленск, 2008. – 130 с.

12. Спортивная морфология: Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры / Р.Н.Дорохов, А.А. Сулимов, В.И. Чернова. – Смоленск, 2007. – 130 с.

13. Трофимов, В.Н., Борисов, А.Н. Проблемы физической подготовленности студентов-первокурсников в техническом вузе // IX Межуниверситетская науч.-метод. конф.: Материалы междунар. конф.: В 2 ч. – М., 2006. – Ч. 2. – С. 19-21

14. Хуторской, А.В. Ключевые компетенции и образовательные стандарты [Электронный ресурс]. Доклад на Отделении философии образования и теоретической педагогики РАО 23 апреля 2002г.//Центр дистанционного образования «Эйдос». URL: www.eidos.ru/news/compet/htm (дата обращения 10.08.2011).

15. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования. – Москва, 2010. Проект (доработка 15 февраля 2011 года). URL: <http://mon.gov.ru/files/materials/7956/11.02.15-proekt.10-11.pdf>.