ренцированном подборе тренирующих воздействий в соответствии с этими закономерностями, целенаправленно сочетающая основные тренировочные нагрузки и дополнительные средства эргогенического действия и потенцирования тренировочного эффекта. Экспериментальная проверка разработанной технологии позволяет сделать заключение о более высокой ее эффективности. Технология позволяет совершенствовать в заданной последовательности функциональные свойства и качества организма, предусматривает дифференциацию физических упражнений по направленности воздействия и интеграцию в тренировочные программы дополнительных средств эргогенического действия и потенцирования тренирующего воздействия в виде условий, затрудняющих дыхание, соответственно основным задачам каждого этапа подготовительного периода. Данная технология обеспечивает более существенный рост функциональной и физической подготовленности бегунов на средние дистанции и на этой основе способствует более существенному росту уровня выносливости, чем традиционная тренировка.

TECHNOLOGY OF PREPARATION OF THE QUALIFIED RUNNERS ON AVERAGE DISTANCES AT INTEGRATION OF MOTIVE TASKS AND REGLAMENTIRO-VANNYH OF MODES OF BREATH OF ERGOGENICHESKY OF INFLUENCE

Chemov V.V., Moskalev O.A.

FSBEEHPE "The Volgograd state physical education academy", Volgograd, Russia (400005, Volgograd, Lenin Avenue, 78), e-mail: chemov58@mail.ru; la@vgafk.ru

The technology of development of the endurance, based on the accounting of staging and sequence of improvement of physiological mechanisms and functional properties, it defining is developed, at the differentiated selection of training influences according to these regularities, purposefully combining the main training loadings and additional resources of ergogenichesky action and potentiation of training effect. Experimental check of the developed technology allow to make the conclusion about more its high efficiency, allowing to improve in the set sequence functional properties and qualities of the organism, providing differentiation of physical exercises on orientations of influence and integration into training programs of additional resources of ergogenichesky action and potentiation of training influence in the form of conditions complicating breath according to the main objectives of each stage of the preparatory period. This technology provides more essential growth of functional and physical readiness of runners on average distances and on this basis more essential growth of level of endurance is promoted, than by traditional training.

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕХНОЛОГИИ ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ УЧАЩИХСЯ В МАЛЫХ ГРУППАХ

Шерстнёва Н.А.

ФГБОУ ВПО «Смоленский государственный университет», Смоленск

Уточнена сущность понятий: «малая группа», «малая группа личностно ориентированного обучения», «личностно ориентированное обучение в малых группах», «педагогическая технология личностно ориентированного обучения в малых группах». Выявлены дидактические принципы отбора учебного материала и обозначен учет групповых феноменов при личностно ориентированном обучении в микросообществах. Научно обоснована значимость педагогической технологии личностно ориентированного обучения учащихся в малых группах как средства активизации школьников и подготовки их к самореализации в новых социально-экономических условиях. Определены принципы её моделирования, обеспечивающие реализацию различных образовательных потребностей школьников. Разработана схема проектирования и конструирования педагогической технологии личностно ориентированного обучения учащихся в малых группах, позволяющей ученикам диагностировать собственный стиль учебно-познавательной деятельности, самостоятельно выбирать формы, методы и средства обучения.

THE DESIGN OF THE EDUCATIONAL TECHNOLOGY OF INDIVIDUALLY ORIENTED LEARNING IN SMALL GROUPS

Sherstneva N.A.

Smolensk State University, Smolensk

The nature of concepts: «small group», «small group of individually oriented learning», «individually oriented learning in small groups», «educational technology of individually oriented learning in small groups» is clarified. The didactic principles of selection of educational material are identified. Accounting of group phenomena in individually oriented learning in micro communities is identified. Scientifically substantiated importance of educational technology of individually oriented learning in small groups as a mean of students intensify and preparation them for self-realization in the new social and economic conditions. The principles of its modeling, ensuring the realization of the different educational needs of students are defined. A scheme of the design and construction of educational technology individually oriented learning in small groups, allowing students to diagnose their own style of activity, to choose their own forms, methods and means of teaching is developed.