

УДК 377

## **ОСОБЕННОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПОДХОДА В ОПТИМИЗАЦИИ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В КАРАТЕ**

*Юдин Е.К., студент 4 курса*

*Научный руководитель – Козырева О.А., кандидат педагогических наук, доцент*

*ГПОУ «Новокузнецкое училище (техникум) олимпийского резерва»*

**Ключевые слова:** *Здоровьесбережение, физическая культура, спорт, карате, тренировочный процесс, оптимизация.*

*В статье определены особенности постановки и решения задач детерминации и реализации основ здоровьесберегающего подхода в системе организуемых занятий тренировочного процесса в карате как избранном виде спорта.*

Возможности реализации идей здоровьесберегающего подхода в структуре ценностно-смыслового [1, 3, 4, 6], деятельностно-практического [2, 3, 7], теоретико-методологического [5], частно-предметного [8] ракурсов уточнения моделей развития личности как ценности и продукта современного образования, спорта, культуры, искусства и прочих направлений самоактуализации личности позволяют сделать акцент на качестве и продуктивности тренировочного процесса в карате как избранном виде деятельности.

Под здоровьесберегающим подходом будем понимать методологический подход, определяющий и уточняющий основы и условия повышения качества педагогического процесса (тренировочного процесса) в системы выделенных ориентиров и технологий постановки и решения задач развития личности и системы доминирующих и реализуемых факторов культуры, в которой осуществляется педагогическая деятельность.

Оптимизация возможностей тренировочного процесса в карате – процесс определения и решения задач нахождения наилучшего из вариантов потенциальных решений, гарантирующего достижение наиболее целесообразных изменений во внутриличностном становлении спортсмена, занимающегося карате, а также внешней среде, определяющей выгодные условия и направления развития карате как избранного вида деятельности и избранного вида спорта.

Выделим принципы оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего под-

хода, обоснуем возможность выделения и уточнения педагогических условий оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода.

Принципы оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода – основные положения современной педагогической науки, обеспечивающие повышение производительности постановки и решения задач развития личности в структуре тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода.

Принципы оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода:

- принцип научности, логичности, объективности, целостности и обоснованности оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода;
- принцип многомерности постановки и решения задач развития личности в выделенном направлении развития в карате;
- принцип мониторинга и прогноза качества оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода;
- принцип включенности личности в систему непрерывного физкультурно-спортивного образования.

Педагогические условия оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода – основные конструкты постановки и решения задач оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода.

Педагогические условия оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода:

- выделение перспектив здоровьесформирующего мышления личности в карате как избранном виде деятельности;
- повышение качества формирования смыслов и целей оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здоровьесберегающего подхода;
- педагогическая поддержка и фасилитация в постановке и решения задач социализации, самореализации, продуктивного становления личности в карате как избранном виде деятельности;
- теоретизация и технологизация процесса оптимизации возможностей тренировочного процесса в карате в структуре реализации здо-

ровесберегающего подхода.

*Библиографический список:*

1. Казакова, С.Л. Особенности организации, направления и принципы воспитания детей (кадетов) в условиях детского дома [Текст] / С.Л. Казакова, О.А. Козырева // Вестник педагогических инноваций. 2010. №3 (23). С. 32-45.
2. Калистратова, В.В. Управление качеством организации учебно-воспитательной работы: проблемы, достижения и перспективы [Текст] / В.В. Калистратова, Л.А. Устинова, О.В. Меделец // Вестник Кемеровского гос. ун-та. Серия: Гуманитарные и общественные науки. 2018. №4. С.4-10.
3. Козырева, О.А. Воспитание в профессиональной подготовке педагогов : монография [Текст] / О.А. Козырева, Н.А. Козырев, В.Г. Свиноаренко. – М. : МИФИ, 2017. 400 с. ISBN 978–5–7262–2411–4.
4. Козырева, О.А. Конструктор принципов педагогического взаимодействия в структуре изучения курса «Педагогика» [Текст] / О.А. Козырева, Н.А. Козырев // Интернетнаука. 2016. №9. С.55-62.
5. Коновалов, С.В. Теоретико-методологические возможности использования педагогического моделирования в системе педагогического и инженерно-технического образования [Текст] / С.В. Коновалов, Н.А. Козырев, О.А. Козырева // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2019. Т. 29. № 1. С. 72-86.
6. Редлих, С.М. Система принципов формирования культуры самостоятельной работы педагога как механизм реализации условий продуктивного педагогического взаимодействия [Текст] / С.М. Редлих, О.А. Козырева // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2012. №1 (5). С. 27-29.
7. Судьина, Л.Н. Теория и возможности социализации и самореализации личности в системе непрерывного образования и в спорте [Текст] / Л.Н. Судьина, Е.А. Чигишев, В.А. Федотова // Вестник Северо-Осетинского государственного университета им. К.Л. Хетагурова. 2019. № 1. С. 66-70.
8. Урженко, Н.В. Моделирование основ учебно-тренировочного процесса: традиционный и инновационный аспекты [Текст] / Н.В. Урженко, О.А. Угольникова, Е.Ю. Шварцкопф // Вестник Кемеровского гос. ун-та. Серия: Гуманитарные и общественные науки. 2019. Т.3. № 1. С. 15–20.

## **FEATURES OF HEALTH-SAVING APPROACH IN OPTIMIZING THE OPPORTUNITIES OF THE TRAINING PROCESS IN KARAT**

*Yudin E.K.*

**Key words:** *Health saving, physical culture, sport, map, training process, optimization.*

*The article defines the features of the formulation and solution of the problems of determination and implementation of the fundamentals of the health-saving approach in the system of organized training sessions in karate as a chosen sport.*