

SCIENCE AND CIVILIZATION - 2018

**January 30 - February 7 ,
2018**



MATERIALS

OF XIV INTERNATIONAL
RESEARCH AND PRACTICE CONFERENCE



10

volume



MATERIALS

OF XIV INTERNATIONAL
RESEARCH AND PRACTICE CONFERENCE

SCIENCE AND CIVILIZATION - 2018

January 30 - February 7 , 2018

Физическая культура и спорт
Философия

Science and Education Ltd
Sheffield
UK

2018

**MATERIALS
OF THE XIV INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND
PRACTICAL CONFERENCE**

SCIENCE AND CIVILIZATION - 2018

January 30 - February 7 , 2018

Volume 10
Физическая культура и спорт
Философия

SHEFFIELD
SCIENCE AND EDUCATION LTD
2018

SCIENCE AND EDUCATION LTD
Registered in ENGLAND & WALES Registered Number: 09878342
OFFICE 2, VELOCITY TOWER, 10 ST. MARY'S GATE,
SHEFFIELD, S YORKSHIRE, ENGLAND, S1 4LR

Materials of the XIV International scientific and practical Conference
Science and civilization - 2018, January 30 - February 7, 2018 Физическая
культура и спорт. .Философия. : Sheffield. Science and education LTD -56p.

Editor: Michael Wilson

Manager: William Jones

Technical worker: Daniel Brown

Date signed for printing 02.02.2018

For students, research workers.

Price 3 euro

ISBN 978-966-8736-05-6

© Authors , 2018

© SCIENCE AND EDUCATION LTD, 2018

PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Physical culture and sport: problems, researches, offers

Скибицкий И.Г.

*Національний технічний Університет України
Київський політехнічний інститут (КПІ) ім.І.Сикорського
Кафедра спортивного совершенствования*

МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ К ЗАНЯТИЯМ БЕГОМ

Доказано, что занятия бегом, особенно на свежем воздухе, оказывают оздоравливающее и закаливающее влияние на организм человека [1, 2]. Заниматься бегом можно людям любого возраста и любой профессии [3, 4]. Но начинать занятия тем, кто никогда не занимался спортом и тем, у которых был большой перерыв в занятиях, надо осторожно. Тут не следует спешить и увеличивать объем и интенсивность нагрузки. Перегрузка вредно воздействует на организм, ухудшает состояние здоровья и приводит к обострению хронических заболеваний [3, 4, 5, 6] . Поэтому к занятиям бегом нужно относиться осторожно, постепенно увеличивая беговые нагрузки. Исходя из этого, нами была поставлена следующая цель работы.

Цель. Разработать и апробировать программу занятий бегом для людей не занимающихся, или имеющих большой перерыв занятий спортом.

Исходя из цели работы, было сделано следующее:

1.Разработана ориентировочная программа занятий оздоровительным бегом по неделям.

2.Организована группа желающих, готовых заниматься оздоровительным бегом.

Программа занятий представлена ниже. Согласно предложенной программе занятия бегом проводились 3-4 раза в неделю. Тренировочная нагрузка повышалась постепенно. Программа рассчитана на 20 недель. Главной

Предложенная программа носит довольно условный характер, но она, на наш взгляд, дала положительный результат. Эта программа нацеливает занимающихся на прохождение определенных этапов подготовки, где после одного методично следует другой.

Начать с ходьбы, наш взгляд, необходимо, потому, что занятия ходьбой обеспечивают плавный переход от малой двигательной активности к систематическим занятиям. Занятия по программе оказывают постепенное положительное воздействие на сердечно - сосудистую систему и опорно - двигательный аппарат.

Выводы.

1. Подготовка к сдаче нормативов по бегу на 2000 и 3000 метров требует методически грамотной постепенной подготовки

2. Для подготовки к сдаче норматива необходима поэтапная подготовка.

Литература

1. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова. / Н.М.Амосов. Київ - "Здоров'я" - 2005, 820с.
2. Амосов Н. М., Бендет Я. А. Физическая активность и сердце. /Н.М.Амосов, Я.А.Бендет. Київ. - "Здоров'я" - 1989. 209с.
3. Кузнецов В.В. Модельные характеристики легкоатлетов /В.В.Кузнецов, В.В. Петровский, Б.Н.Шустин - К.:Здоров'я, 1979.- 88 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры./Л.П.Матвеев. - М., 2011. - 543 с.
5. Платонов В. Н. Загальна теорія підготовки спортсменів в олімпійському спорті. /В.Н.Платонов. Київ. "Олімпійська література" - 1997, 583с.
6. Шварценеггер А. Новая энциклопедия бодибилдинга. / А.Шварценеггер -М., 2005, 689с.

Гутник С.В., Шитов А.С.

СКГУ им.М. Козыбаева, г. Петропавловск, Казахстан

МОДЕЛЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ

Система профессионального высшего образования непрерывно и постоянно пополняет общество специалистами высшей квалификации, которые составляют его интеллектуальный, политический и кадровый ресурс. В этой связи вуз должен обогащать студента не только знаниями, актуальными для будущей сферы профессиональной деятельности, но и формировать потребность и готовность самому находить новую информацию в условиях стремительно меняющегося мира, вступая в общение с другими людьми, понимать ее роль и значение для решения профессиональных, социальных и жизненно важных проблем. Современный рынок труда ставит перед высшим образованием следующие задачи – подготовить не просто профессионалов высокого качества, но и специалистов, обладающих высокой степенью личностной зрелости, ориентированных на гуманистические ценности в решении любых проблем профессионального, социального или жизненного плана, способных к гуманитарному измерению своих достижений.

В настоящее время обнаруживается потребность в исследовании проблем физического воспитания студентов в связи с актуализацией инновационных процессов и на этой основе создание качественного учебно-методического обеспечения образовательного процесса.

Учебно-методическая деятельность - это процесс, являющийся определяющим для мониторинга качества содержания образовательных программ, соответствия этого содержания требованиям ГОС, контроля уровня преподавания и качества подготовки специалистов [1].

Анализ психолого-педагогической литературы и образовательной практики показал, что сегодня в рамках линейной с частичным переходом к нелинейной системе обучения реализуются новые формы организации

образовательного процесса, направленные на использование возможностей информационной образовательной среды высшей школы.

Модель учебно-методического обеспечения деятельности преподавателя физической культуры в вузе представлена на рисунке.

Цель: планирование, разработка и создание оптимальной системы, учебно-методической документации и дидактических средств обучения, необходимых для полного и качественного обучения студентов.				
Основания для разработки:				
требования нормативных документов в области образования	рабочая учебная программа, отражающая требования государственного образовательного стандарта	профессиональные характеристики будущего бакалавра в соответствии с современными требованиями		
Задачи деятельности преподавателя физической культуры:				
научно-методическое обеспечение реализации образовательных программ;	внедрение инновационных технологий, методов, средств и интерактивных форм образовательного процесса;	обеспечение повышения квалификации и профессионального мастерства педагога;	совершенствование научно-методического потенциала педагога.	
Направления содержания учебно-методической деятельности преподавателя физической культуры в вузе				
ознакомление с нормативными документами	овладение инновационными (личностно-ориентированными,	подготовка и проведение разнообразных форм методической	анализ качества преподавания, уровня обученности, качества	разработка и лицензирование учебно-

и в области образования	информационно-коммуникационными, проектной деятельности) технологиями	работы, направленной на совершенствование образовательного процесса	подготовки студентов к итоговому текущему контролю	методического и материала
Результат: развитие профессиональной компетентности студентов				

Рис. Модель учебно-методического обеспечения деятельности преподавателя физической культуры в вузе

При этом, учебно-методическая деятельность преподавателя физической культуры в вузе определяется следующими основными направлениями: разработка и поддержание в актуальном состоянии учебно-методических комплексов дисциплин; подготовка и издание учебно-методических пособий; подготовка наглядных пособий и методики их применения в учебных курсах; внедрение инновационных методов в учебный процесс; проведение открытых практических занятий; участие в семинарах, мастер-классах по повышению педагогической квалификации.

От преподавателей физической культуры требуется грамотное педагогическое проектирование своей деятельности, т.е. постоянное и систематическое определение цели, задач, содержания, форм, методов, средств, контроля и результатов, обязательное сопоставление результатов с целью и задачами, анализ достижения цели и задач.

Таким образом, использование активных методов обучения и технологий образования соответствует требованиям современной парадигмы образования и позволяет преподавателю вуза максимально осуществлять учебно-методическое обеспечение.

Mughin an-Nasafi named "Tafsiratul-Adilla fi usul ad-Din". Scholars identify an-Nasafi as a Sunni theologian though the examination of above mentioned book.

Imam Najmuddin Umar bin Muhammad An-Nasafi as-Smarkandi was greatly influenced by Abu Al-Mughin an-Nasafi. Because his work "Aqaid" is in consensus with an-Nasafi's "Tafsiratul-Adilla". There is another book of Abu Al-Mughin an-Nasafi dedicated to the 'Ilm of Kalam called "Bahru Al-Kalam fi Aqaidi Ahli al-Islam" (short version). This book is sometimes called "Aqaid" and "Mubhasatu Ahli Sunnah wal-jama'ah". Copy of "Bahru Al-Kalam fi aqaidi Ahli al-Islam" was published in Cairo in 1911, and the version written by sheikh Abdul-Qadir was published in 1922. The version with no author mentioned is stored in the library of Muhammad Ali Sabih in Cairo. "Bahru al-Kalam" consists of 59 chapters. In some references it is said it consists of 64 chapters. In the introduction of the book things are given like: Allah's oneness (tawhid), description of belief and religious terminology. In the second chapter knowing of Allah "magrifatullah" belief "iman" will "iroda" and other issues concerning madhabs are reviewed. Conditions of iman, mu'jiza, Karamah mi'raj of prophet Muhammad (peace be upon him), Angels, and other similar matters are mentioned as well.

The contribution of Abu Al-Mughin an-Nasafi to the Maturidi school is equivalent to Abu Bakr Al-Baqillani and Abu Muhammad Al-Gazali's contributions to the Ashari school.

References

1. Yerzhan, K. (2011). Abul Muin an-Nasafi murasy URL: <http://www.muftvat.kz>
2. Abdul-Hai Kobil, (1987). al-Tamqid fi usul ad-Din. Cairo, - p.4, 148
3. Kerim Sh.T. (2012). Syganak sanlagy. Nur-Mubarak Publishing house, - Almaty. -240p.
4. Hussam ad-Din Sygnaki. al-Tassid fi al-Sharh al-Tamhid. Turkey, Solomoniye Library, Room No. 309, 221
5. Muminov A.K. (2006). History of Kazakhstan in Arabic sources. V. III. - Almaty: Dick Press, - 265p.

CONTENTS

PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Physical culture and sport: problems, researches, offers

Скибицкий И.Г. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ К ЗАНЯТИЯМ БЕГОМ.....	3
Гаврилова Н.М. ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ ДОЗИРОВАННОЙ ХОДЬБОЙ.....	7
Прус Н.М., Ускова С.М. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ К СДАЧЕ НОРМАТИВА ПО БЕГУ НА ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ В ВУЗЕ.....	10
Гутник С.В., Шитов А.С. МОДЕЛЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ.....	13

The development of physical culture and sports in modern conditions

Новікова І.В. СКЕЛЕЛАЗІННЯ ЯК ФІТНЕС ТА ЗАСІБ АКТИВНОГО ВІДПОЧИНКУ.....	17
---	----

Sports medicine and rehabilitation

Бочкова Н.Л., Ярчук Н.П. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ КІСТОК КИСТІ.....	20
Бочкова Н.Л., Ярчук Н.П. ЗАСОБИ ТА МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ КІСТОК КИСТІ.....	23

Sports medicine and rehabilitation

Скибицкий И.Г. Руденко Г.А. СПЕЦИАЛЬНАЯ СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА СПРИНТЕРА.....	26
---	----

PHILOSOPHY

Social philosophy

Данильян О.Г., Дзьобань О.П. АВТОНОМНА ОСОБИСТІСТЬ ЯК ЯДРО ДЕМОКРАТИЧНОЇ ПРАВОСВІДОМОСТІ.....	29
---	----

Philosophy of culture

Кубеков Т.Н., Алимкулова Ж.Қ. РЕЖИССЕРДІҢ БОЙЫНДА БОЛУҒА ТИІСТІ КЕЙБІР ҚАСИЕТ.....	32
Санкайбаева Р.К. ТЕАТР ТУРАЛЫ ОЙ.....	37
Сыбанбаев Қ.У. ҚАЙТА ӨРЛЕУ ДӘУІРІ ФИЛОСОФИЯСЫНДАҒЫ АДАМ МӘСЕЛЕСІ.....	42
Кувшинова Н. М. СООТНОШЕНИЕ ПОНЯТИЙ ЗАИМСТВОВАНИЕ, КСЕНИЗМ, ЭКЗОТИЗМ И ВАРВАРИЗМ.....	45

Philosophy of religion

Tajibayev Serik, Yerzhan Kalmakhan ABU AL-MUGHIN AN-NASAFI – SCHOLAR OF THEOLOGICAL SPHERE.....	51
---	----