

Губа В.П.
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНЫХ ИГР.
– М.: Спорт, 2020. – 712 с.



Учебник будет полезен аспирантам, студентам, преподавателям, тренерам при изучении теоретико-методических основ базовых видов спортивных игр в высших учебных заведениях, факультетах переподготовки кадров и ВШТ.

Заказы на книги принимаются по телефону, электронной почте или через сайт:
тел./факс: (495) 662-64-31, 662-64-30, (499) 124-01-73
e-mail: olimppress@yandex.ru, chelovek.2007@mail.ru
сайт: www.olimppress.ru



Настоящее издание учебника «Теория и методика спортивных игр» подготовлено с учетом нового подхода на основе привлечения современных интерактивных и педагогических технологий в процессе преподавания различных видов спортивных игр с четким обоснованием времени, отводимого программой подготовки, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования 3+ по направлениям подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» и 49.03.04 – «Спорт», квалификация «Бакалавр».

Обобщен материал прошлых лет, дополненный собственными исследованиями автора в различных видах спортивных игр. Впервые представлены такие относительно «молодые» виды спортивных игр, находящиеся на подъеме в нашей стране, как мини-футбол (футзал), пляжный волейбол, хоккей на траве.

Книга состоит из двух частей. В первой части «Основы теории спортивных игр» большое внимание уделено введению в дисциплину «Спортивные игры», системе соревнований, медико-биологическому обеспечению, отбору и спортивной ориентации, психологическим и экономическим аспектам спортивных игр. Во второй части «Основы методики спортивных игр» рассматриваются вопросы методики развития физических качеств и способностей, обучения и совершенствования техники и тактики игры, особенностям преподавания спортивных игр в системе физического воспитания и др.

НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ежемесячный
научно-теоретический
журнал, основан в 1925 г.,
входит в:
– базу данных Scopus;
– индекс Российского
научного цитирования
(РИНЦ);
– базу данных
англоязычных
периодических изданий
EBSCO

Главный редактор
Людмила ЛУБЫШЕВА

Редколлегия:

Александр БЛЕЕР
Сергей БАКУЛЕВ
Владимир ГУБА
Георгий ГРЕЦ
Александра ЗАГРЕВСКАЯ
Александр КРАВЦОВ
Олег МАТЫЦИН
Вячеслав МАНОЛАКИ
(Молдова)
Сергей НЕВЕРКОВИЧ
Владимир ПЛАТОНОВ
(Украина)
Павел РОЖКОВ
Waldemar Moska
Jerzy Sadowski
Teresa Socha (Poland)
Zhong Bingshu (China)

Ответственный секретарь
Ольга ОЗЕРОВА

Шеф-редактор
Югра научно-спортивная
Сергей КОСЕНКО

Заведующие отделами
журнала
Евгения СЕВЕРИНА

Переводчик
Ирина НОВОСАД

На обложке:
Алексей Федотов –
студент ИрНУ, мастер
спорта международного
класса по тайскому боксу,
чемпион России
и мира среди студентов



Теория и практика
физической культуры и спорта

Содержание

НА ПУТИ К ЮБИЛЕЮ «ТИПФ»

С.А. Пронин – Влияние журнала «Теория и практика физической культуры» на развитие теории и методики гребного спорта ... 3

ЮБИЛЕЙ НАШИХ КОЛЛЕГ

М.В. Корняков, А.А. Ахматгалин, С.А. Гальцев – К 70-летию кафедры физической культуры Иркутского национального исследовательского технического университета ... 5

Н.В. Чертов, Т.А. Степанова, О.В. Чертов, В.Л. Фомин – Стратегия подготовки специалистов по физической культуре и спорту на юге России ... 8

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

В.Е. Цибульников, А.А. Хоптинская – Качество здоровьесберегающей образовательной среды: уровни сформированности, показатели и критерии оценки ... 11

О.И. Кузьмина, В.Ю. Лебединский, О.А. Швачун – Современные технологии педагогического воздействия и новые виды двигательной активности в здоровьесбережении студенческой молодежи ... 14

К.К. Марков, М.Д. Кудрявцев, Т.Д. Лампетова – Формирование навыков здорового образа жизни и психомоторных качеств у учащихся младшего школьного возраста ... 17

Л.А. Кадущая, Л.Н. Волощина, В.Л. Кондаков, В.Н. Ирхин – Адаптационная модель организации двигательной активности обучающихся ... 20

М.М. Колокольцев, Р.А. Амбарцумян – Сравнительный анализ морфофункциональных показателей и двигательных качеств студентов разных годов обучения ... 22

А.Б. Серых, Е.И. Мычко – Особенности адаптационного потенциала детей-сирот к занятиям физической культурой ... 25

В.И. Бондин, Т.А. Степанова, М.В. Белавкина, Р.А. Гасанова – Мотивация к занятиям физической культурой и спортом как основа формирования культуры здоровья в студенческой среде ... 27

ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА

В.С. Миласекин, А.В. Русанов, А.С. Валуго – Функциональные возможности кардиореспираторной системы у студентов, занимающихся спортивно-оздоровительным плаванием ... 29

А.А. Псеунок, М.А. Муроглев, М.Н. Силантьев, Р.А. Гасанова – Особенности вариабельности сердечного ритма у футболистов 14-16 лет ... 31

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

К.А. Алексеев – Журнал «Пролетарский спорт» в борьбе за контроль над международным рабочим спортивным движением ... 34

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ

Е.А. Койбышева, В.Ю. Лебединский – Сопраженность изменений физического развития и физической подготовленности дошкольников, школьников и студентов ... 36

В.Я. Жигало, Ф.Б. Литвин, Т.А. Булавкина, И.А. Дубогрызова, О.Н. Шкитыр – Сравнительный анализ физического развития и физической подготовленности студентов разных этнических групп, обучающихся в средней полосе России ... 39

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

В.Л. Ботяев, В.Н. Бойко, С.В. Ботяев – Проблемы двигательной координации и пути ее решения в учебном процессе студентов-бакалавров педагогического вуза ... 41

Е.В. Гавришова, А.С. Грачев, А.А. Третьяков – Использование информационно-коммуникативных технологий в организации дополнительной оздоровительной деятельности студентов с учетом типа мотивации ... 44

Г.А. Гилев, Э.В. Егорычева, Е.А. Клузов, Ю.В. Краев – О физическом воспитании в вузовском образовании ... 48

Д.Н. Коваль, Р.В. Гзирьян, Г.В. Шиянова, А.П. Бабченко – Детерминанты качества физкультурного образования сквозь призму мнений студентов ... 50

О.Е. Пискун, М.Ю. Абабкова, В.Л. Леонтьева, Ю.А. Ковалева – Показатели эмоционального состояния студентов при освоении теоретического курса по дисциплине «Физическая культура» ... 53

И.Д. Харисов, И.Н. Никулин, А.В. Воронков, В.А. Малахов – Оценка уровня подготовленности студентов при выполнении нормативов комплекса ГТО ... 56

О.В. Тимофеева, А.Д. Дугбей, А.Д. Мальченко, А.А. Сопарев – Формирование сборной команды по черлидингу на основе контроля базовых элементов ... 58

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

С.А. Гильманов, В.А. Мищенко, Е.А. Кукуев, В.А. Лобова – Спортсизация студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидность в форме академической мобильности ... 60

Е.А. Миласекина, Т.И. Джандарова, О.В. Погорелова – Влияние дополнительных занятий оздоровительной физической культурой на адаптационные возможности студента, имеющих заболевания суставов воспалительного характера ... 63

И.В. Михайлова, С.Н. Фомина – Концептуальная модель психограммы шахматистов с отклонениями в состоянии здоровья ... 66

Г.К. Хомяков, А.А. Ахматгалин, А.В. Демчик – Медико-биологическая реабилитация спортсменов в гиревом спорте при дискомфорте в области пояснично-крестцового отдела позвоночника ... 69

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Т.А. Степанова, В.А. Шпакова, Е.А. Ващенко – Студенческие олимпиады по профессии «Физическая культура и спорт» ... 73

«ТРЕНЕР» – ЖУРНАЛ В ЖУРНАЛЕ

А.Г. Левицкий, Д.А. Матвеев, О.В. Ошина, Н.В. Ваганова – Анализ траекторий центров масс спортсменов в процессе выполнения броска через бедро в условиях соревнований ... 76

Ф.И. Собянин, А.С. Рахметжанов, Ш.А. Макашев, К.И. Исмагулов – Оценка специальной физической подготовленности юных борцов казахского курса ... 78

А.А. Шалманов, Е.А. Лукунина – Фазовый состав и временные показатели движения штанги в рывке и толчке в тяжелой атлетике ... 81

А.В. Лысенко, Т.А. Степанова, С.С. Вассель, Д.С. Лысенко – Эффективность использования современных эргогенных средств в спорте и опасность пищевых фальсификатов ... 84

ЮГРА НАУЧНО-СПОРТИВНАЯ

С.И. Логинов, А.С. Кинтохин, А.С. Снигирев, Р.О. Солодилов – Гендерзависимые особенности биомеханики и вариабельности ходьбы молодых людей на тредмиле в условиях лабораторного исследования ... 89

В.А. Родионов, М.А. Родионова – Роль корпоративного спорта в оздоровлении и повышении уровня физической активности трудящихся ... 92

М.В. Самойлова, Н.Л. Бородавкина – Формирование двигательных навыков игры в теннис у юных спортсменов на основе ориентировочной деятельности ... 94

ПЕРСПЕКТИВА

Л.И. Лубышева – Философские этюды к пониманию кинестезы ... 97

В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА

Л.В. Бянкина, М.А. Маниковская – Субъектность физической культуры как условие сохранения идентичности человека ... 98

А.Н. Яковлев, Е.П. Врублевский, В.И. Стадник, А.А. Кравченко, М.А. Яковлева, Н.А. Глушенко – Восприятие будущего в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью: проблемы и перспективы ... 100

В.П. Лукьяненко – Проблема понятийно-терминологического обеспечения разработки концепции модернизации учебного предмета «Физическая культура» ... 103

ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

Н.Г. Knüttgen – Стандартизация терминологии, связанной с мышечной деятельностью ... 7

Б.Х. Ланда – Мониторинг физических качеств обучающихся: актуальная технология управления организацией физического воспитания ... 33

М.С. Леонтьева, К.М. Берулава – Факторы успешного поведения слабослышащих и здоровых борцов в процессе тренировочной и соревновательной деятельности ... 38

А.В. Попов, Н.С. Леонтьева – Дифференцированная модель подготовки женской мини-футбольной команды студентов разного уровня спортивной квалификации ... 47

М.М. Лапкин, А.Л. Похачевский, И.А. Мазикин, А.В. Фомичев – Проявление личностных особенностей спортсменов в нагрузочный период стресс-теста ... 80

А.В. Турманидзе – Использование специальных физических упражнений с перьевым воланом в процессе коррекции зрения ... 96

И.В. Федотова, Д.В. Тажожинов, А.С. Гладких, С.А. Давыдов – Характеристика состояния здоровья экс-спортсменов с учетом гендерных особенностей: социологический анализ ... 106

ЮБИЛЕЙ УЧЕНОГО

ВЕСТИ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА ... 19

ВЕСТИ ДИССЕРТАЦИОННОГО СОВЕТА ... 86

1'2020
№(979)

Teoriya i praktika fizicheskoy kultury

Monthly Scientific-theoretical
Journal, founded in 1925,
covered by the Citation
Indices:

- Scopus database;
- the Russian Scientific
Citation Index (RSCI).
- database of periodicals
in English EBSCO

Формат 60x90 1/8

Объем 12 п.л.

Тираж 1800 экз.

Подписано в печать
15.12.2019

Отпечатано
в типографии
ФГУП «ЦНИИХМ»
115487, Москва,
ул. Нагатинская, д. 16а
www.cniihm.ru

© Научно-
издательский центр
«Теория и практика
физической культуры
и спорта»
105122 Москва
Сиреневый бульвар, 4
e-mail: fizkult@teoriya.ru

Индекс в каталоге
«Роспечать» 70966

ISSN 0040-3601

Научный портал
www.teoriya.ru

Компьютерная верстка
Ольга ТЕРЁШИНА

Мнение редакции может не совпа-
дать с точкой зрения авторов.
Все права защищены.
Ни одна часть этого издания
не может быть занесена
в память компьютера либо
воспроизведена любым способом
без предварительного письменного
разрешения издателя.

Издание предназначено
для читателей старше 14 лет

Цена договорная

01'2020

№(979)

Contents

ON THE VERGE OF ANNIVERSARY OF TIPFK

S.A. Pronin – Scientific-Theoretical Journal «Teoriya I Praktika Fizicheskoy Kultury» and Its Effect on Theory and Methodology of Rowing 3

JUBILEE OF OUR COLLEAGUES

M.V. Korniyakov, A.A. Akhmatgatina, S.A. Galtsev – On Occasion of 70th Anniversary of Physical Education and Sports Department of Irkutsk National Research Technical University 5

N.V. Chertov, T.A. Stepanova, O.V. Chertov, V.L. Fomin – Physical Education and Sport Specialist Training Strategy in South of Russia 8

HEALTH PROTECTING PHYSICAL EDUCATION TECHNOLOGIES

V.E. Tsibulnikova, A.A. Khotinskaya – Quality of Health-Saving Educational Environment: Levels of Formation, Evaluation Indicators and Criteria 11

O.I. Kuzmina, V.Yu. Lebedinsky, O.A. Shvachun – Modern Technologies of Pedagogical Impact and New Types of Motor Activity in Student Health Protection 14

K.K. Markov, M.D. Kudryavtsev, T.D. Lmpetova – Healthy Lifestyle and Psychomotor Skills Building in Elementary School Students 17

L.A. Kadutskaia, L.N. Voloshina, V.L. Kondakov, V.N. Irkhin – Adaptation Model of Organization of Students' Motor Activity 20

M.M. Kolokoltsev, R.A. Ambarsumyan – Comparative Analysis of Morphofunctional Indicators and Motor Abilities Rates in Female Students in Different Years of Study 22

A.B. Serykh, E.I. Mychko – Features of Orphans' Adaptive Potential to Physical Education 25

V.I. Bondin, T.A. Stepanova, M.V. Belavkina – Motivation for Physical Education and Sports as Basis for Cultivation of Health Culture among Students 27

SPORT PHYSIOLOGY

V.S. Milashechkin, A.V. Rusanov, A.S. Valyugo – Cardiorespiratory System Functionality in Students Involved in Therapeutic Swimming 29

A.A. Pseunok, M.A. Mugotlev, M.N. Silantiev, R.A. Gasanova – Peculiarities of Heart Rate Variability in 14-16 Year-Old Football Players 31

HISTORY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

K.A. Alekseev – «Proletarsky Sport» Journal in Struggle for Control Over International Workers' Sports Movement 34

PEOPLE' PHYSICAL ACTIVITY

E.A. Koipysheva, V.Y. Lebedinskiy – Correlation of Changes in Physical Development and Physical Fitness of Preschoolers, Schoolchildren and University Students 36

V.Ya. Zhigalo, F.B. Litvin, T.A. Bulavkina, I.A. Dubogryzova, O.N. Shkityr – Comparative Analysis of Physical Development and Physical Fitness of Students of Different Ethnic Groups in Central Russia 39

ACADEMIC PHYSICAL EDUCATION

V.L. Botyayev, V.N. Boyko, S.V. Botyayev – Problems with Motor Coordination and Solutions in Bachelor Student Training Process in Pedagogical University 41

E.V. Gavrisheva, A.S. Grachev, A.A. Tretiyakov – Use of Information and Communication Technologies in Additional Physical Training and Sport Activities of Students Based on Motivation Type 44

G.A. Gilev, E.V. Egorycheva, E.A. Klusov, Yu.V. Kraev – Academic Physical Education in Higher Educational Institutions 48

D.N. Koval, R.V. Gziyran, G.V. Shiyanova, A.P. Babchenko – Physical Education Quality Determinants According to Students 50

O.E. Piskun, M.Yu. Ababkova, V.L. Leontyeva, Yu.A. Kovaleva – Indicators of Emotional State in Physical Education Theory Course Students 53

I.D. Kharisov, I.N. Nikulin, A.V. Voronkov, V.A. Malakhov – Involvement of Students in All-Russian Project «From Student Credit to GTO Badge» 56

O.V. Timofeeva, A.D. Dugbley, A.D. Malchenko, A.A. Soparev – Formation of Cheerleading Team Based on Basic Element Control 58

ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION

S.A. Gilmanov, V.A. Mishchenko, E.A. Kukuev, V.A. Lobova – Sportization of Physical Education of Students with Health Limitations and Disability in Form of Academic Mobility 60

E.A. Milashechkin, T.I. Jandarova, O.V. Pogorelova – Effects of Additional Recreational Physical Education Lessons on Adaptive Capabilities of Female Students Diagnosed with Inflammatory Joint Diseases 63

I.V. Mikhailova, S.A. Fomina – Conceptual Model of Psychic Profile of Chessplayers with Health Deviations 66

G.K. Khomyakov, A.A. Akhmatgatina, A.V. Demchik – Biomedical Means of Rehabilitation of Kettlebell Lifters Diagnosed with Lumbar Spine Discomfort 69

VOCATIONAL TRAINING

T.A. Stepanova, V.A. Shpakova, E.A. Vashchenko – Student Professional Olympiads in «Physical Education and Sports» 71

«TRAINER – journal in journal

A.G. Levitsky, D.A. Matveyev, O.V. Oshina, N.V. Vaganova – Body Mass Center Travel Trajectory Analysis for Hip Roll in Conditions of Competitions 74

F.I. Sobyanyan, A.S. Rakhmetzhanov, Sh.A. Makashev, K.I. Ismagulov – Evaluation of Special Physical Fitness of Young Qazaq Kuresi Wrestlers 76

A.A. Shalmanov, E.A. Lukunina – Phase Structure and Temporal Indicators of Bar Movement in Clean and Jerk in Weightlifting 79

A.V. Lysenko, T.A. Stepanova, S.S. Vassel, D.S. Lyenko – Efficiency of Modern Ergogenic Aids Used in Sports and Hazards of Food Adulteration 82

YUGRA – SCIENCE AND SPORT

S.I. Loginov, A.S. Kintyukhin, A.S. Snigirev, R.O. Solodilov – Gender-Related Features of Biomechanics and Variability of Treadmill Walking in Young People in Laboratory Study 87

V.A. Rodionov, M.A. Rodionova – Corporate Sports to Improve and Increase Physical Activity of Employees 90

M.V. Samoylova, N.L. Borodavkina – Formation of Motor Skills in Junior Tennis Players Based on Indicative Activities 92

PERSPECTIVE

L.I. Lubyshcheva – Philosophical studies for kinesthesia interpretation 95

IN SEARCH OF NEW BREAKTHROUGH

L.V. Byankina, M.A. Manikovskaya – Subjectivity in Physical Education as Condition for Preserving Human Identity 96

A.N. Yakovlev, E.P. Vrublevsky, V.I. Stadnik, A.A. Kravchenin, M.A. Yakovleva, N.A. Glushenko – Perception of Future in Physical Education and Sports Process: Problems and Prospects 98

V.P. Lukyanenko – Problem of Conceptual Framework for Development of Physical Education Subject Modernization Concept 101

FROM SLUSHPILE

H.G. Knuttgen – Standardization of Muscular Activity Related Terminology 7

B.Kh. Landa – Monitoring of Students' Physical Qualities: Current Physical Education Organization Management Technology 33

M.S. Leontieva, K.M. Berulava – Factors for Successful Behavior of Hard of Hearing and Healthy Wrestlers during Training and Competitive Activities 38

A.V. Popov, N.S. Leontieva – Differentiated Training Model for Women's Futsal Team of Students with Different Skill Levels 47

M.M. Lapkin, A.L. Pokhachevsky, I.A. Mazikin, A.V. Fomichev – Display of Personal Characteristics in Athletes during Stress Test 78

A.V. Turmanidze – Use of special physical exercises with feather shuttlecock in the for vision correction 94

I.V. Fedotova D.V. Tamozhnikov, A.S. Gladikh, S.A. Davydov – Gender-Sensitive Health Status Characteristics of Ex-Athletes: Case Study 104

ANNIVERSARY OF SCIENTIST 19

NEWS OF DISSERTATION COUNCIL 84

ПРОБЛЕМЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КООРДИНАЦИИ И ПУТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ СТУДЕНТОВ-БАКАЛАВРОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

УДК/UDC 796.011.3

Поступила в редакцию 29.04.2019 г.



Информация для связи с автором:
vl_bot53@mail.ru

Доктор педагогических наук, доцент **В.Л. Ботяев**¹
Кандидат педагогических наук, доцент **В.Н. Бойко**¹
Аспирант **С.В. Ботяев**²

¹ Сургутский государственный педагогический университет, Сургут

² Северо-Казахстанский государственный университет им. М. Козыбаева, Петропавловск, Казахстан

PROBLEMS WITH MOTOR COORDINATION AND WAYS TO SOLVE THEM IN PROCESS OF TRAINING OF BACHELOR STUDENTS OF PEDAGOGICAL UNIVERSITY

Dr.Hab., Associate Professor **V.L. Botyaev**¹

PhD, Associate Professor **V.N. Boyko**¹

Postgraduate student **S.V. Botyaev**²

¹ Surgut State Pedagogical University, Surgut

² North Kazakhstan State University named after Manash Kozybayev, Petropavlovsk, Kazakhstan

Аннотация

Цель исследования – определить эффективность предлагаемых направлений совершенствования координационной подготовленности студентов-бакалавров педагогического вуза на направлении подготовки «Педагогическое образование», специальность «Физическая культура».

Методика и организация исследования. Был проведен констатирующий эксперимент, в ходе которого выявлялась динамика произошедших изменений в уровне развития координационных способностей у студентов-бакалавров в период обучения с 1-го по 3-й курс.

Программа диагностики состояла из стандартного блока тестовых заданий, уже много лет используемых в учебных и исследовательских целях на дисциплинах спортивно-предметного блока. Весь блок контрольных заданий состоит из 12 тестов, где представлены как двигательно-моторные задания, так и задания с использованием информационных технологий.

Результаты исследования и выводы. Авторы констатируют, что реализация дисциплин спортивно-предметного блока в учебном процессе студентов-бакалавров специальности Физическая культура, уже не обеспечивает в полной мере прирост результатов координационной подготовленности. Все это требует и обосновывает необходимость разработки специальных курсов по выбору, ориентированных прежде всего на процесс развития координационных способностей. Для решения данной задачи авторами разработаны и внедрены в учебный процесс курсы по выбору: «Координационные способности и их значение в спорте»; «Современные молодежные течения в физической культуре»; «Акробатическая подготовка как направление развития координационных способностей».

Ключевые слова: двигательная координация, тестовые задания, курсы по выбору, студенты-бакалавры.

Annotation

Objective of the study. The article analyzes the issue of motor coordination of bachelor students of a pedagogical university.

Methods and structure of research. For the recent years, there has been a tendency towards a decrease in this component of physical fitness. The authors state that introduction of sports and subject-matter disciplines into the process of education of bachelor students of the Physical Education Department no longer contributes to the improvement of the results of coordination training. All this requires and justifies the need for the development of special elective courses focused primarily on coordination training. To solve this problem, the authors developed and introduced into the educational process the following elective courses: "Coordination abilities and their importance in sports"; "Modern youth movements in physical culture"; "Acrobatic training as a coordination training area".

Results of the study. Implementation of these courses by the method of stimulated development indicates a significant improvement of the results of coordination training of bachelor students.

Keywords: motor coordination, test, elective courses, bachelor students.

Введение. Проблема двигательной и координационной подготовленности студентов, обучающихся на направлении подготовки «Педагогическое образование», специальность – «Физическая культура», обсуждается на протяжении многих последних лет [1–3]. Более того, актуальность и значимость данной проблемы с годами только возрастает и этому есть как объективные, так и субъективные причины. Наверно,

самая главная – это снижающаяся двигательная активность подрастающего поколения [4]. Даже молодые люди, активно занимающиеся спортом, имеют низкий уровень развития координационных способностей (КС), уровень развития которых ограничен спецификой своего вида спорта. В последнее время мы все реже встречаем студентов, одинаково успешно осваивающих программу всех дисциплин спортивно-

предметного блока. Низкий уровень развития двигательных способностей вынуждает вузы снижать требования к уровню профессиональной готовности студентов. Как-то незаметно из учебных программ исчезли требования к выполнению нескольких массовых разрядов (I–III с.р.) по тем видам спорта, которые входят в школьную программу. Конечно, это вынужденная мера, которая обусловлена низким уровнем двигательной подготовленности студентов, отсутствием способностей к выполнению таких требований. Проведенные нами ранее исследования [2] показали, что наиболее низкие результаты студенты демонстрируют при выполнении координационных тестов, результаты которых показывают средний и ниже среднего уровни развития КС.

Все это делает направление развития КС в учебном процессе студентов-бакалавров особенно актуальным и своевременным.

Цель исследования – определить эффективность предлагаемых направлений совершенствования координационной подготовленности студентов-бакалавров педагогического вуза на направлении подготовки «Педагогическое образование», специальность – «Физическая культура».

Методика и организация исследования. С целью отслеживания процессов развития КС за период обучения в вузе был проведен констатирующий эксперимент, в ходе которого выявлялась динамика произошедших изменений в уровне развития КС у студентов-бакалавров в период обучения с 1-го по 3-й курс (табл. 1).

Программа диагностики состояла из стандартного блока тестовых заданий, уже много лет используемых в учебных и исследовательских целях на дисциплинах спортивно-предметного блока. Весь блок контрольных заданий состоит из 12 тестов, где представлены как двигательно-моторные задания, так и задания с использованием информационных технологий: НС «Психотест», АПК «Спортивный психофизиолог». Ранее проведенные исследования показали высокую надежность, стабильность и информативность данных тестов:

1. Методика «Красно-черные таблицы Шульте–Платонова».
2. РДО (реакция на движущий объект).
3. Теппинг-тест (рука).
4. Теппинг-тест (нога).
5. Оценка угловой скорости движения.
6. Воспроизведение заданного ритма прыжков.
7. Бег по номерам (1–12).
8. Передвижение в упоре сзади.
9. Разность прыжка вверх со взмахом руками и без.

10. Прыжок с вращением на максимальное количество градусов.

11. Минимальное увеличение длины прыжка с места.

12. Три поворота на 360°, стоя на гимнастическом бревне.

Анализ результатов проведенного тестирования показал, что двигательно-координационная подготовленность студентов за период обучения в вузе, а это 5 семестров, не изменилась. В большинстве тестов студенты демонстрируют идентичные первым измерениям результаты. В некоторых из них мы наблюдаем прирост результатов, но он незначительный и не имеет статистической достоверности ($p > 0,05$).

Отсутствие прогресса, а иногда и отрицательная динамика в результатах координационных тестов стимулировали нас к поиску и разработке новых направлений в развитии КС. Для решения данной задачи были разработаны и сертифицированы спецкурсы по выбору:

- «Координационные способности и их значение в спорте»;
- «Современные молодежные течения в физической культуре»;
- «Акробатическая подготовка как направление развития координационных способностей».

Реализация данных курсов осуществляется в 6–7-м семестрах. Основные дисциплины спортивно-предметного блока в это время уже реализованы, что позволяет отслеживать воздействие вновь предложенных курсов по выбору на процессы развития КС.

Спецкурс «Координационные способности и их значение в спорте» формирует у студентов необходимые теоретические знания и понятия, рассматриваются вопросы классификации КС, их значимости в том или ином виде спорта, формах контроля и оценки развития, средства и методы развития в зависимости от специфики вида спортивной деятельности. В практической части курса студенты на практике осваивают современные технологии развития, контроля и оценки КС.

Спецкурс «Акробатическая подготовка в спорте» – практико-ориентированный курс, где студенты на практических занятиях осваивают наиболее доступные акробатические упражнения, узнают их воздействие на процесс развития КС, значимых в том или ином виде спорта. Курс не дублирует, а расширяет возможности такой дисциплины, как «Гимнастика с методикой преподавания». Практический материал представлен упражнениями на батуте, элементами прыжковой акробатики, большой раздел реализуется в упражнениях групповой акробатики (двойки, тройки, четверки и пирамиды с большим количеством участников). Занятия проходят эмоционально, с высокой моторной плотностью, студенты про-

Таблица 1. Сравнительный анализ координационной подготовленности студентов-бакалавров на 1-м и 3-м курсах обучения

Тестовые задания	Результат 1-го курса $X \pm \sigma$	Результат 3-го курса $X1 \pm \sigma1$	Достоверность различий, р
Методика «Красно-черные таблицы Шульте–Платонова»	38,6±7,13	37,8±6,32	>0,05
РДО	0,218±0,04	0,221±0,05	>0,05
Теппинг-тест (рука)	406±57,3	414±62,5	>0,05
Теппинг-тест (нога)	357±63,8	382±57,6	>0,05
Оценка угловой скорости движения	4,1±0,83	4,3±0,75	>0,05
Воспроизведение заданного ритма прыжков	0,47±0,11	0,44±0,08	>0,05
Бег по номерам (1–12)	32,8±7,42	30,5±6,37	>0,05
Передвижение в упоре сзади	4,35±0,76	4,67±0,64	>0,05
Разность прыжка вверх со взмахом руками и без	8,4±1,78	9,7±1,52	>0,05
Прыжок с вращением, на максимальное количество градусов	412±63,2	435±58,2	>0,05
Минимальное увеличение длины прыжка с места (кол-во раз)	5,6±1,04	7,2±0,86	>0,05
Три поворота на 360°, стоя на гимнастическом бревне	7,24±1,42	7,35±1,38	>0,05
Общая координационная подготовленность	67,8±13,7	68,3±15,2	>0,05

Таблица 2. Динамика координационной подготовленности студентов бакалавров в процессе реализации курсов по выбору

Тестовые задания	Исходный уровень $X \pm \sigma$	Итоговый уровень $X1 \pm \sigma1$	Достоверность различий, p
Методика «Красно-черные таблицы Шульте–Платонова»	37,8±6,32	35,4±5,27	>0,05
РДО	0,221±0,05	0,213±0,04	>0,05
Теппинг-тест (рука)	414±62,5	438±53,8	>0,05
Теппинг-тест (нога)	382±57,6	422±42,8	<0,05
Оценка угловой скорости движения	4,3±0,75	4,1±0,57	>0,05
Воспроизведение заданного ритма прыжков	0,44±0,08	0,35±0,05	<0,05
Бег по номерам (1-12)	30,5±6,37	24,7±5,78	<0,05
Передвижение в упоре сзади	4,67±0,64	4,23±0,53	>0,05
Разность прыжка вверх со взмахом руками и без	9,7±1,52	12,4±1,34	<0,05
Прыжок с вращением на максимальное количество градусов	435±58,2	528±58,2	<0,05
Минимальное увеличение длины прыжка с места	7,2±0,86	9,6±0,67	>0,05
Три поворота на 360°, стоя на гимнастическом бревне	7,35±1,38	5,18±0,87	<0,05
Общая координационная подготовленность	68,3±15,2	87,5±11,4	<0,05

являют инициативность и творческий подход к выполняемым упражнениям.

Третий спецкурс – «Современные молодежные течения в физической культуре» – своим появлением обязан увлеченностью многих студентов такими неформальными течениями, как паркур, фриран, акрострит, воркаут и др. Материал данного курса знакомит студентов с различными направлениями «уличного спорта», позволяет на практике приобщиться к ним, попробовать свои силы и способности в некоторых из них. Для реализации данного курса был приобретен и изготовлен специальный инвентарь, оборудование, что делает занятия еще более интересными и зрелищными.

Трудоемкость каждого курса – 2 з.е. – 72 ч. Продолжительность эксперимента – один семестр. Количество занятий в неделю – два-три.

Результаты исследования и их обсуждение. Проведенное по окончании этих курсов тестирование показало, что включение в учебный процесс студентов-бакалавров вышеобозначенных курсов оказывает положительное влияние на процессы развития КС, в большинстве тестовых заданий был улучшен исходный результат. Достоверно значимые различия выявлены в показателях шести тестов, где зафиксирован самый большой прирост итогового результата. Наиболее значительные изменения произошли в двигательном-моторных тестах. В тестах с использованием компьютерно-диагностического оборудования результаты более консервативны, произошедшие изменения не имеют статистической достоверности. Но все же самые большие изменения произошли в показателях общей, интегральной координационной подготовленности, где большинство студентов по окончании курсов демонстрируют результаты, соответствующие среднему и выше среднего уровню развития (табл. 2).

Выводы. Анализ результатов формирующего эксперимента показывает, что реализация в учебном процессе студентов-бакалавров специально организованных курсов, ориентированных в первую очередь на стимулирование развитие

координационных способностей, является перспективным направлением в плане формирования профессионально важных компетенций выпускника педагогического вуза.

Литература

1. Байер Е.А. Социально ориентированные особенности подготовки бакалавров по физической культуре и спорту / Е.А. Байер, С.Н. Пожидаяев, А.А. Князев // Теория и практика физ. культуры. – 2018. – № 3. – С. 39-41.
2. Ботяев В.Л. Анализ двигательного-координационного подготовленности студентов факультета физической культуры и спорта педагогического вуза / В.Л. Ботяев, М.С. Поздышева // Теория и практика физ. культуры. – 2017. – № 8. – С. 6-9.
3. Гладышев А.А. Эффективные формы занятий по физической культуре с учетом современных тенденций в организации учебной деятельности и состоянии здоровья студентов / А.А. Гладышев, Е.В. Климова // Теория и практика физ. культуры. – 2018. – № 7. – С. 30-33.
4. Шубович М.М. Формирование профессионально-педагогической культуры бакалавров – будущих учителей физической культуры / М.М. Шубович, Л.М. Захарова, В.Г. Шубович // Теория и практика физ. культуры. – 2018. – № 8. – С. 62-65.

References

1. Bayer E.A., Pozhidaev S.N., Knyazev A.A. Socially sensitive specifics of Physical Education and Sport bachelor training process]. Teoriya i praktika fiz. kultury. 2018.no. 3. pp. 3941.
2. Botyayev V.L., Pozdysheva M.S. Analiz dvigatel'nokoordinatsionnoy podgotovlennosti studentov fakulteta fizicheskoy kultury i sporta pedagogicheskogo vuza [Physical education and sports department of pedagogical university: students' motor coordination abilities rating analysis]. Teoriya i praktika fiz. kultury, 2017, no. 8, pp. 3-6.
3. Gladyshev A.A., Klimova E.V. Effektivnyye formy zanyatiy po fizicheskoy kulture s uchetom sovremennykh tendentsiy v organizatsii uchebnoy deyatel'nosti i sostoyanii zdorov'ya studentov [Efficient academic physical education models to meet new educational standards and reverse negative trends in students' health]. Teoriya i praktika fiz. kultury. 2018. no. 7. pp. 3033.
4. Shubovich M.M., Zakharova L.M., Shubovich V.G. Formirovanie professionalnopedagogicheskoy kulturyi bakalavrov – buduschih uchiteley fizicheskoy kultury [Vocational education culture building in bachelors of physical education service]. Teoriya i praktika fiz. kultury. 2018. no. 8. pp. 6265.