ДЕПАРТАМЕНТ ПО СПОРТУ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

ДЕПАРТАМЕНТ ПО СПОРТУ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТЮМЕНИ

ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ТЮМЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

«СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА. «СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ» И ВНЕДРЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО»

Материалы XIVВсероссийской научно-практической конференции с международным участием

Часть I

Тюмень 2016 год

ДЕПАРТАМЕНТ ПО СПОРТУ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ДЕПАРТАМЕНТ ПО СПОРТУ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТЮМЕНИ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ТЮМЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА. «СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ» И ВНЕДРЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО»

Материалы XIV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием

Часть I

«Вектор Бук»
Тюмень 2016

УДК 37:796
ББК Ч511.00

Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта. «Спорт для всех» и внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО. Материалы XIV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Часть I. Тюмень: «Вектор Бук», 2016. - 360 с. илл.

В сборник научно-практических материалов XIV Всероссийской конференции «Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта. «Спорт для всех» и внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО» вошли теоретические и практические разработки ученых, специалистов физической культуры и спорта, преподавателей, аспирантов и студентов высших учебных заведений не только России - Москвы, Санкт-Петербурга, Челябинска, Омска, Казани, Уфы, Тюмени, Сочи и других городов; но и Белоруссии, Казахстана, Армении, Австрии.

В материалах конференции представлены работы по методологическим, педагогическим, медико-биологическим проблемам физической культуры и спорта, физического воспитания населения Российской Федерации. Сборник предназначен научным работникам, преподавателям вузов, аспирантам, педагогам и специалистам сферы физической культуры и спорта.

Под общей редакцией доктора педагогических наук, профессора В.Н. Зуева, кандидата педагогических наук, доцента Е.В. Хромина; доктора педагогических наук, профессора И.В. Манжелей; кандидата биологических наук, доцента Е.Т. Колунина; кандидата биологических наук, доцента В.И. Назмутдиновой.

ISBN 978-5-91409-399-7 (ч.1)
ISBN 978-5-91409-308-9

© Департамент по спорту и молодежной политике Тюменской области, 2016
© Департамент по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени, 2016
© Институт физической культуры Тюменского государственного университета, 2016

Формат 60x84/16
Усл. печ. л. 20,92. Бумага SvetoCopy.
Печать Duplo.
Тираж 100. Заказ № 280.
ООО «Вектор Бук»
625000, г. Тюмень, ул. Володарского, 45
Тел. (3452) 55-72-17, 46-90-03.

СОДЕРЖАНИЕ

СПИСОК АВТОРОВ……...15

I. ЭКОНОМИКО-ПРАВОВЫЕ И СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СУБЪЕКТАХ РФ: РЕГИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ. ВНЕДРЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

ВНЕДРЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФСК ГТО: ПРОБЛЕМНОСТЬ И АКТУАЛИЗАЦИЯ ИННОВАЦИОННЫХ РЕШЕНИЙ
Лубышева Л.И.
Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), г. Москва.....28

ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ И УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТОЙ У ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ В АВСТРИИ
Шпрунг А.В., Австрия.....31

THE PRINCIPLES OF ORGANIZATION AND MANAGEMENT OF SPORTS-MASS WORK AMONG CHILDREN AND YOUTH IN AUSTRIA
Anna Sprung, Austria.....35

FEATURES OF THE PEDAGOGICAL ABILITIES OF TEACHERS OF PHYSICAL CULTURE AND COACH
Arzakanyan S., Geghamyan, V.
State Institute of physical culture and sport of Armenia, Yerevan, Armenia......38

ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ТРЕНЕРА
Арзаканян С.С., Гегамян В. К.
Государственный институт физической культуры и спорта Армении, г. Ереван, Армения.....39

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГОВОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ОТДЕЛЬНЫХ АСПЕКТОВ ЛИЧНОСТНЫХ ПАРАМЕТРОВ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИДЕОЛОГИЧЕСКОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СПОРТЕ
Цымбалюк Е.А.
Белорусский государственный университет физической культуры, г. Минск, Республика Беларусь.....43

INNOVATIVE PEDAGOGICAL SYSTEM HEALTH AND TELEINFORMATIC TECHNOLOGY SPORTS ACTIVITIES IN THE EDUCATIONAL SPACE OF THE RUSSIAN FEDERATION AND THE REPUBLIC OF BELARUS
Yakovlev A.
Poleski State University, Pinsk, Belarus.....48

ИННОВАЦИОННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ СИСТЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ И ТЕЛЕСНОФОРМИРУЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ И РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
Яковлев А.Н.
Полесский государственный университет, г. Пинск, Республика Беларусь.....50

СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА ПО СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ
Абрамов Э.Н.
Федеральный центр подготовки спортивного резерва Минспорта России, г. Москва …… ……..53

НОВЫЕ КОМПЛЕКСЫ ГТО И ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ К СДАЧЕ НОРМАТИВОВ
Степанова М.В., Колесников Н.В.
Санкт-Петербургский Государственный экономический университет, г. Санкт-Петербург......56

АДАПТИВНАЯ АЛГОРИТМИЗАЦИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКОЙ СТУДЕНТОВ К СДАЧЕ НОРМ ГТО
Григорьев В.И.
Санкт-Петербургский государственный экономический университет, г. Санкт-Петербург......61

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ ПО ВНЕДРЕНИЮ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В ХАНТЫ-МАНСИЙСКОМ АВТОНОМНОМ ОКРУГЕ - ЮГРЕ
Коротков Г.В.
Региональный центр тестирования всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва», г. Ханты-Мансийск......65

КОМПЛЕКС ГТО И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ
Сафонова Ж.Б.
Омский государственный технический университет, г. Омск......70

ОЦЕНКА ГОТОВНОСТИ К СДАЧЕ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ НЕИГРОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА С ПРИМЕНЕНИЕМ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ, ПРОТИВОДЕЙСТВУЮЩЕЙ ВЛИЯНИЮ СТРЕССА
Потовская Е.С., Крупицкая О.Н.
Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск…… 74

ГТО. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН ГОРОДА УФЫ
Фазлутдинова Л.Р., Усманов Э.Г.
Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа......*78*

ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» («ГТО»): СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ
Штакельберг В.И., Хамидуллин А.И., Гумеров И.И.
Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа. 80

ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОЗИЦИИ В ОТНОШЕНИИ ВФСК ГТО
Стародубцева И.В., Стародубцев Н.Л.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....82

МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ 13-15 ЛЕТ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)
Поликарпчук А.А.
Средняя общеобразовательная школа №2, Россия, Сахалинская область, г. Невельск. 85

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА
Липов В.М.
Университетский колледж Оренбургского. государственного университета, г. Оренбург 89

СОСТОЯНИЕ СТУДЕНЧЕСКИХ ЛЫЖНЫХ ГОНОК В МИРЕ, РОССИИ И КРАСНОЯРСКОМ КРАЕ
Брюховских Т.В., Шубин Д.А.
Сибирский федеральный университет, г. Красноярск. 91

PR КАК ЭЛЕМЕНТ ИННОВАЦИОННОЙ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ
Калиева Е.А., Хромин Е.В.
Тюменский государственный университет,
МАУ «Тюменский городской многопрофильный центр», г. Тюмень. 94

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ОЦЕНКЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ (по материалам социологического исследования)
Касаткина Г.М., Терликова З.З., Шекурова И.В.
МБУ «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», г. Нижний Тагил. 99

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ РЕАЛИЗАЦИИ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (на примере города Нижний Тагил)
Касаткина Г.М., Крутакова К.Б., Шекурова И.В.
МБУ «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», г. Нижний Тагил 102

МОДЕЛИРОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКЕ
Чаюн Д.В.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....106

УСПЕХ ВЕТЕРАНОВ СПОРТА В СДАЧЕ НОРМ ГТО
Даниленко Т.А.
Уральский государственный университет
физической культуры, г. Челябинск.....110

ФОРМИРОВАНИЕ СПЛОЧЕННОСТИ ВОИНСКОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ
Михайлов А.Д, Ларин А.Н.
Пермский военный институт внутренних войск МВД России, г. Пермь. 111

ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
Шатохин А.Г., Бутыч Н.С.
Западно-Сибирский государственный колледж, г. Тюмень 114

ТРАДИЦИИ И ИННОВАЦИИ В НОРМАТИВАХ КОМПЛЕКСА «ГТО»
Бородулина Ю.В.
Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Пермь.....119

НОВЫЕ КОНЦЕПЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИИ
Сулейманова И.Ф., Гумеров И.И.
Башкирский государственный медицинский университет,
г. Уфа, Республика Башкортостан. 121

О КОНВЕРСИИ СРЕДСТВ МАССОВЫХ ИНФОРМАЦИЙ РОССИИ В ВФСК ГТО ДЛЯ ДИНАМИЧНОГО ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА
Мельчакова М.Ю.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....122

ВОЗРОЖДЕНИЕ КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В РЕАЛИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА
Андреева О.В., Гусева В.Г., Скоробогатов С.С.
ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический
университет им Г.И. Носова», г. Магнитогорск. 126

ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ОТРАСЛИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ (НА ПРИМЕРЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД СУРГУТ)
Муравьёва А.В.
Управление физической культуры и спорта
Администрации города Сургута. 129

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ ГОРОДА ТЮМЕНИ К СДАЧЕ НОРМ ВФСК ГТО
Дубровин М., Архипова Л.А.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....134

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВОВ ИСПЫТАНИЙ ВФСК ГТО СТУДЕНТАМИ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ АЛТАЙСКОГО ГОСУДАРСВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА
Ульянова Н.А., Буравлев С.Н., Бояркина Е.А.
Алтайский государственный университет, г. Барнаул 138

АТЛЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ВУЗА К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО» ПЯТОЙ-ШЕСТОЙ СТУПЕНИ
Лимаренко О.В., Самойлова Г.М., Дунаева М.В.
Сибирский федеральный университет, г. Красноярск. 143

ОЦЕНКА ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ ВОСЬМИ ЛЕТ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО» ПЕРВОЙ СТУПЕНИ С РАЗЛИЧНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТЬЮ
Лимаренко О.В., Непомнящая Д.В., Лимаренко А.П.
Сибирский федеральныйуниверситет, г. Красноярск. 146

СЕТЕВОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СУБЪЕКТОВ ПО ВНЕДРЕНИЮ ВФСК «ГТО» В СЕЛЬСКОМ МУНИЦИПАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ
Погадаева А.Я.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень..... 150

АНАЛИЗ СМОТР-КОНКУРСА «СПОРТИВНАЯ ЭЛИТА» ПО НОМИНАЦИЯМ И ЧИСЛУ ЛАУРЕАТОВ В ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ (1995-2012ГГ.) (СООБЩЕНИЕ №1)
Насонов В.В., Маняхин А.В.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень
Государственный педагогический институт им. Д.И. Менделеева филиал ТюмГУ, г. Тобольск. *155*

АНАЛИЗ СМОТР-КОНКУРСА «СПОРТИВНАЯ ЭЛИТА» ПО НОМИНАЦИЯМ И ЧИСЛУ ЛАУРЕАТОВ В ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ (1995-2012ГГ.) (СООБЩЕНИЕ №2)
Насонов В.В., Маняхин А.В.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень
Государственный педагогический институт им. Д.И. Менделеева филиал ТюмГУ, г. Тобольск. 163

УПРАВЛЕНИЕ СИСТЕМОЙ СОРЕВНОВАНИЙ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА
Щербаков В.С., Богданова В.А.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень..... 167

ВНЕДРЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ МЕТОДОВ МАРКЕТИНГОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ В МЕНЕДЖМЕНТ ОО «ТЮМЕНСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ СКАЛОЛАЗАНИЯ»
Смирнов П.Г, Красавина М.Ю.
Тюменский индустриальный университет, г. Тюмень
Тюменский государственный университет, г. Тюмень..... 170

ОСОБЕННОСТИ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ В СФЕРЕ ФКиСУ СТУДЕНТОВ МАГИСТРАТУРЫ РАЗЛИЧНОГО ПОЛА И ВОЗРАСТА
Куценко Г.А.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....173

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ ВНЕДРЕНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В РАМКАХ ИНКЛЮЗИВНОГО МОЛОДЕЖНОГО ПРОЕКТА «РАВНЫЙ-РАВНОМУ»
Коган А.Л.
Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск. 176

МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ПОЭТАПНОГО ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В СЕЛЬСКИЕ ШКОЛЫ
Овчинникова С.А.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень. 179

II. ОБРАЗОВАНИЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ: СТАНДАРТЫ И СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ И ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СТУДЕНТОВ: СРЕДОВЫЙ ПОДХОД
Манжелей И.В.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....185

FORMATION OF NEED FOR THE HEALTHY LIFESTYLE AT UNIVERSITY STUDENTS
Kolesnikova N., Dedelyuk N.
The Polesye state university, Pinsk, Byelorussia
Western European national university named after Lesya Ukrainka, Lutsk, Ukraine……..…190

СФОРМИРОВАННОСТЬ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ
Колесникова Н.Н., Деделюк Н.А.
Полесский государственный университет, Беларусь, г. Пинск
Западноевропейский национальный университет имени Леси Украинки, Украина, г. Луцк.....191

ИЗМЕНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ СЕМИ-ВОСЬМИ ЛЕТ ПОД ВЛИЯНИЕМ ЗАНЯТИЙ АКВААЭРОБИКОЙ
Колесникова Н.Н.
Полесский государственный университет, г. Пинск, Республика Беларусь.....195

ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ
Власов Г.В.
Московский Государственный Технический Университет имени Н.Э. Баумана, г. Москва.....198

ДИАЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ В КОНТЕСТЕ ВНЕДРЕНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГТО»
Гвалдин А.Ю.
Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)
г. Ростов-на-Дону. 201

ПЕРСПЕКТИВА НАУЧНОГО ПРОЕКТА «БИОЭКОНОМИЧНАЯ ПСИХОМОТОРНАЯ ГИМНАСТИКА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЕ УЧАЩИХСЯ, СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП» В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ОТРАСЛИ
Забельский С.Ю.
Северо-Кавказский федеральный университет, г. Ставрополь.....205

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ
Гайнуллин Р.А., Тухватуллина Г.И.
Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа. 210

ПУТИ ПРИОБЩЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ 7-12 ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА К СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКЕ В ВИДАХ СПОРТА В УСЛОВИЯХ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ДЮСШ
Волков П.Б.
Глазовский государственный педагогический институт им. В.Г. Короленко, г. Глазов. 213

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА РАЗВИТИЕ ОРГАНИЗМА
Щербина Ю.И., Юсупов И.Р., Гумеров И.И.
Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа. 216

ФОРМИРОВАНИЕ ОБЩЕСТВЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ КАДРЫ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВУЗА
Ретюнский И.В., Макаров А.В., Пономарев В.В., Коноплева Е.Н.
Сибирский государственный аэрокосмический университет им. академика М.Ф. Решетнева, г. Красноярск.....219

АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ И ПОТРЕБНОСТЬ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
Кононова О.В., Исупова Е.В.
Удмуртский государственный университет, г. Ижевск.....222

МОНИТОРИНГ ГОТОВНОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ТЮМЕНИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО 1 СТУПЕНИ
Завьялова Т.П.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....224

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КЛУБ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА
Гаврилов Д.Н., Пухов Д.Н.
Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры, г. Санкт-Петербург ……..228

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕВОЧЕК 7-8 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ
Квашнина Е.В., Иваненко О.А.
Уральский Государственный университет физической культуры, г. Челябинск……..231

ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ЛУКА В ГОРОДЕ КАЗАНИ
Мухаев Д.Р.
Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань….234

РАЗВИТИЕ МАССОВОГО, ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО МИНИ-ФУБОЛА В РОССИИ ОТ УСЛОВИЙ К ЭФФЕКТИВНОМУ РЕЗУЛЬТАТУ
Ушканов С.В.
Сибирский федеральный университет, г. Красноярск……..237

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА ОСНОВЕ УЛУЧШЕНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БИАТЛОНИСТОВ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
Клыков В.Н., Халманских А.В.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень……241

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ ОЦЕНКИ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ УСЛУГ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ Г. ТЮМЕНИ
Куценко Я.А., Харапонов П.С.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....246

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ В МГТУ ИМ.Н.Э.БАУМАНА
Жирнова Е.В., Васильева Е.А., Лазутина Н.С., Лыкин Ю.О.
Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана (национальный исследовательский университет), г. Москва.....251

СПОРТИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ НА ОСНОВЕ СЕТЕВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ОРГАНИЗАЦИЙ ОБЩЕГО, ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
Чедов К.В., Шихова Н.Г.
Пермский государственный национальный исследовательский университет, г. Пермь……254

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В СПО
Корякина Е.М.
ГБПОУ Свердловской области, Талицкий лесотехнический колледж им. Н.И. Кузнецова, г. Талица. 258

ИНТЕГРАЦИЯ ОБЛАСТЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
Гамирова Э.И., Коновалов И.Е.
Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань.....263

ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ АБИТУРИЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ К ПОСТУПЛЕНИЮ И ОБУЧЕНИЮ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ, ОСНОВНЫЕ РИСКИ
Коновалов И.Е.
Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань.....266

СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ОСНОВЕ МОНИТОРИНГА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Макунина О.А., Коваленко А.Н.
Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск. 269

ФОРМИРОВАНИЕ РЕГУЛЯТИВНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ
Райнхардт О.О.
Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Пермь. 272

ПРОЦЕСС РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
Кутейников В.А., Яхина И.Р.
Стерлитамакский филиал башкирского государственного университета факультет педагогики и психологии, г. Стерлитамак. 277

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ
Ильина Н.А.
Средняя общеобразовательная школа № 166, г. Казань. 279

ОТНОШЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ К ВНЕДРЕНИЮ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ
Фурсов А.В., Синявский Н.И, Тиунова Т.А., Иванов К.Г.
Сургутский государственный педагогический университет, МБОУ гимназии «Лаборатория Салахова», г. Сургут. 280

ТЕЛЕСНОЕ СОЗРЕВАНИЕ РЕБЁНКА И УЧЕБНЫЕ СПОСОБНОСТИ
Пегов В.А.[1], Козлова А. Э.[1], Лескова Ю. Л.[2]
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма,
[2] МБОУ «СШ№№2», г. Смоленск. 284

РАЗВИТИЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КОМИ
Рубцов Н.Г.
Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина, г. Сыктывкар……..287

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ
Богданова В.А., Сафонова Т.С.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....291

ОЦЕНОЧНЫЕ ТАБЛИЦЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
[1]Михайлова С.В., [2]КузмичевЮ.Г, [3]Жулин Н.В.
'Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им.Н.И. Лобачевского», Арзамасский филиал, г. Арзамас,
[2]Нижегородская государственная медицинская академия, г. Нижний Новгород;
[3]Центр Здоровья для детей, г. Арзамас; ^Арзамасская городская больница № 1, г. Арзамас……294

ИНФОРМАТИЗАЦИЯ СРЕДЫ ВУЗОВСКОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
Чернякова С.Н.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....297

О МЕТОДАХ ИССЛЕДОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
Бородиневский Д.В.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....302

СТАТИСТИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ДЛЯ АНАЛИЗА РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ
Бородиневский Д.В.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....304

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ПРИНЦИП, ФАКТОРЫ И УСЛОВИЕ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА
Додонова Л.П.
Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, г. Новосибирск. 306

САМОДЕЙСТВИЯ СТУДЕНТОВ СМГ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ
Однорог А.А.
Новосибирский государственный технический университет, г. Новосибирск. 312

ЛИЧНОСТНЫЙ ОПЫТ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП
Богацкой А.Д.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....314

ВЛИЯНИЕ КОМПЛЕКСНОЙ ТЕХНОЛОГИИ НА РАЗВИТИЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКОВ
Зуева Т.Н.
Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, г. Новосибирск.....318

СОЦИАЛЬНО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЛИЦ, УПОТРЕБЛЯЮЩИХ НАРКОТИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА
Ягудина Е.С., Прокопьев Н.Я.
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....321

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
Лобанова О.А., Галиакберов Р.Р., Заболотный О.А.
Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа.....325

III. «СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ». РАЗВИТИЕ МАССОВОГО, ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО, АДАПТИВНОГО СПОРТА И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА: ОТ УСЛОВИЙ К ЭФФЕКТИВНОМУ РЕЗУЛЬТАТУ

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ МЕГАПОЛИСА
Антипова Е.В., Антипов В.А., Кургузов Р.В.
Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», Санкт-Петербургский университет МВД России, г. Санкт-Петербург.....*329*

РАЦИОНАЛЬНАЯ СТРУКТУРА ЭТАПА ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ САВАТИСТОВ
Мокеев И.М., Максимов Г.М., Мокеева Е.Г.
Уфимский Государственный Авиационный Технический Университет, г. Уфа, Национальные государственный университет им. П.Ф. Лесгафта, г. Санкт-Петербург..... ...333

ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ
Гаврилик М.В., Сачковская В.В.
Полесский государственный университет, г. Пинск, Республика Беларусь.....338

MINI-VOLLEYBALL IN JAPANESE: INTERNATIONAL
Kojima Hidetoshi, Pasyukov P. N.
The Japan Association of mini-volleyball, Thai, Japan
Sakhalin state University, Yuzhno-Sakhalinsk, Russia.....340

МИНИ-ВОЛЕЙБОЛ ПО-ЯПОНСКИ: МЕЖДУНАРОДНЫЙ ПРОЕКТ
Коджима Хидетоши, Пасюков П.Н.
Всеяпонская ассоциация мини-волейбола, г. Тайки, Япония
Сахалинский государственный университет, г. Южно-Сахалинск, Россия.....342

THE SAHAJA YOGA AS AN ALTERNATIVE METHOD FOR THE PREVENTION AND TREATMENT OF ILLNESS
Sotnichenko E., Sotnichenko A.
North Kazakhstan state University. M. Kozybayev, Petropavlovsk, Republic of Kazakhstan.....345

ВЛИЯНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ НАГРУЗКИ НА ДИНАМИКУ РАЗВИТИЯСПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БОКСЕ
Гоненко С.В.
Северо-Казахстанский государственный университет им. М. Козыбаева, г. Петропавловск,Республика Казахстан. 347

ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ, КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ЧАСТЬ ОБОРОННО-МАССОВОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ
Колмаков С.В.
Северо-Казахстанский государственный университет им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан. 349

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ПРЫГУЧЕСТИ У ДЕТЕЙ 14-15 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИЕСЯ ФУТБОЛОМ
Айжеркенова А.А
Северо-Казахстанский государственный университет им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан. 351

УПРАВЛЕНИЕ КАЧЕСТВОМ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ХОККЕИСТОВ ЭТАПА НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ОСНОВЕ МОНИТОРИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ
Тубаев А.Р., Макаридин Д.Н.
СДЮСШОР №3, г. Тюмень
Тюменский государственный университет, г. Тюмень.....354

СПИСОК АВТОРОВ

Абзалилов Р.Я., аспирант Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Абрамов Э.Н., к.б.н., доцент, старший инструктор-методист по Уральскому федеральному округу

Агафонов Н.В., студент ИФК Тюменского госуниверситета, г. Тюмень

Аксёнов Н.Е., старший тренер-преподаватель по спорту ЦОФК Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Альмеева Л.Г., студент Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Амурская Е.Н., преподаватель МИФИ, г. Москва

Андреева О.В., к.п.н., доцент Магнитогорского государственного технического университета им Г.И. Носов, г. Магнитогорск

Айжеркенова А.А., преподаватель Северо-Казахстанского государственного университета им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан

Антипов В.А., к.п.н., начальник отделения редакторско-издательского отдела Санкт-Петербургского университета МВД России, г. Санкт-Петербург

Антипова Е.В., к.п.н., доцент, старший научный сотрудник Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, г. Санкт-Петербург

Арзаканян С.С., к.пс.н. Государственного института физической культуры и спорта Армении, г. Ереван, Армения

Архипова Л.А. к.п.н., доцент Тюменского государственного университета, Институ-та физической культуры, г. Тюмень

Архипова Ю.А., к.п.н. Санкт-Петербургского государственного экономического университета

Асташина М.П., к.п.н., доцент Сибирского государственного университета физической культуры и спорта, г. Омск

Афанасьева В.М., аспирант Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Ахатов А.М., Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Баскакова О.А., магистр физической культуры (ИФК ТюмГУ), старший методист Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва», г. Ноябрьск

Баймакова Л.Г., к.п.н., доцент Сибирского государственного университета физической культуры и спорта, г. Омск

Белкина К.Е., студент Магнитогорского государственного технического университета им. Г.И. Носова, г. Магнитогорск

Богацкой А.Д., ст. тренер-преподаватель по спорту ЦОФК Тюменского государственного университета

Богданова В.А., к.п.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Болтиков Ю.В., к.п.н., профессор Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Болтиков Ю.В., Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Борисова Е.А., магистрант Института физической культуры Тюменского госуниверситета, г. Тюмень

Борисова Т.В., к.п.н., доцент Уральского государственного университета физической культуры, г. Челябинск

Бородиневский Д.В., старший преподаватель Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Бородулина Ю.В., магистрант Пермского государственного гуманитарно-

Бояркина Е.А., преподаватель кафедры физического воспитания Алтайского государственного университета, г. Барнаул

Брюховских Т.В., к.п.н., доцент Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Бугаевский К.А., к.мед.н., доцент Классического Приватного Университета, г. Запорожье, Украина

Буравлев С.Н., директор Спортивного клуба «Университет» Алтайского государственного университета, г. Барнаул

Бурлаченко И.В., старший преподаватель МИФИ, г. Москва

Бурцев В.А., Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Бутыч Н.С., к.п.н., руководитель физического воспитания Западно-Сибирского государственного колледжа, г. Тюмень

Важенина Е.Н., старший преподаватель Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Валеев М.А., старший преподаватель Башкирского Государственного медицинского университета, г. Уфа

Васильева Е.А., старший преподаватель МГТУ им. Н.Э. Баумана

Власов Г.П., к.п.н. Московского государственного университета технического университета имени Н.Э. Баумана

Волков П.Б., старший преподаватель Глазовского государственного университета педагогического института им. В.Г. Короленко, г. Глазов

Ворожбитова А.А., к.п.н., доцент Северо-Кавказского федерального университета, г. Ставрополь

Ворошин И.Н., к.п.н., доцент Санкт-Петербургского научно-исследовательский института физической культуры, г. Санкт- Петербург

Габдулвалеева А.Р., студент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Габдулвалеева А.Р., студентка Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Гаврилик М.В., старший преподаватель Полесского государственного университета, г. Пинск, Республика Беларусь

Гаврилов Д.Н., к.п.н., доцент Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, г. Санкт-Петербург

Гайнуллин Р.А., к.б.н., доцент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Галанов П.Н., аспирант Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Галеева А.И., Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Галеева А.И., студентка Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Галиакберов Р.Р., преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Гамирова Э.И., аспирант Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Гвалдин А.Ю., аспирант Ростовского государственного экономического университета, г. Ростов-на-Дону

Гегамян В.К., ассистент Государственного института физической культуры и спорта Армении, г. Ереван, Армения

Гелецкий В.М., к.п.н. Сибирского Федерального Университета, г. Красноярск

Герасевич А.Н., к.б.н., доцент Брестского государственного университета им. А.С. Пушкина, г. Брест; докторант Института истории НАН Беларуси, отдела антропологии, г. Минск, Беларусь

Гертнер С.В., к.п.н., доцент Уральского госуниверситета физической культуры, г. Челябинск

Гоненко С.В., преподаватель Северо-Казахстанского государственного университета имени М. Козыбаева, Республика Казахстан

Григорьев В.И., д.п.н., профессор Санкт-Петербургского государственного экономического университета, г. Санкт-Петербург

Григорьева В.Н., к.м.н., доцент Санкт-Петербургского педиатрического медицинского университета, г. Санкт-Петербург

Григорян М.Н., аспирант Сибирского государственного аэрокосмического университета им. акад. М.Ф. Решетнева, г. Красноярск

Гуляева М.В., студент Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Гумеров И.И., преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Гуртовая М.Н., соискатель ИФК Тюменского госуниверситета

Гусаров А.В., преподаватель кафедры ФКС и АФК Подольского социально-спортивного института, г. Подольск

Гусева В.Г., студент Магнитогорского государственного технического университета им Г.И. Носов», г. Магнитогорск

Давлетова Н.Х., к.м.н. Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Казань

Даниленко Т.А., Мастер спорта СССР, Уральский государственный университет физической культуры

Деделюк К.А. к.п.н., доцент Полесского госуниверситета, г. Пинск, Республика Беларусь

Дмитриева С.В., к.п.н. ИФК Тюменского госуниверситета

Додонова Л.П., к.б.н., доцент Новосибирского института повышения квалификации и переподготовки работников образования», г. Новосибирск

Дубровин М., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Дунаева М.В., МСМК по пауэрлифтингу, ст. преподаватель Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Дуров А.М., д.м.н., профессор Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Ерешко Н.Е., ст. преподаватель кафедры ФКС и АФК НОУ ВПО Подольского социально-спортивного института, г. Подольск

Жаров А.А., старший преподаватель Магнитогорского государственного технического университета им Г.И. Носова, г. Магнитогорск

Жарова И.А., студентка Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Жевнерова А.А., аспирант Уральского федерального университета имени первого президента России Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург

Жевнерова Ж.В., старший преподаватель Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Жирнова Е.В., ст. преподаватель МГТУ им. Н.Э. Баумана, г. Москва

Жулин Н.В., врач-педиатр Центра Здоровья для детей, г. Арзамас

Забельский С.Ю., к.п.н., доцент Северо-Кавказского федерального университета, г. Ставрополь

Заболотный О.А., преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Завьялова Т.П., к.п.н., профессор Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Заячук Т.В., к.п.н., доцент Поволжской гос. академии физической культуры спорта и туризма, г. Казань

Злотников М.С., к.э.н. Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Зуева Т.Н., ст. преподаватель Новосибирского института повышения квалификации и переподготовки работников образования, г. Новосибирск

Иванов К.Г., учитель физической культуры МБОУ гимназии «Лаборатория Салахова», Сургутского государственного педагогического университета, г. Сургут

Иванова В.Н., доцент Алтайского государственного медицинского университета, г. Барнаул

Ильина Н.А., преподаватель географии, директор средней общеобразовательной школы № 166, г. Казань

Кадырова Э. А., студентка Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Казарян А.А., магистрант Сибирского госуниверситета физической культуры и спорта, г. Омск

Калиева Е.А., соискатель Тюменского государственного университета, МАУ "Тюменский городской многопрофильный центр"

Камелькова Д.В., магистрант Уральского государственного университета физической культуры, г. Челябинск

Кардаш А.В., УО "Полесский государственный университет", инструктор-методист УСУ "ДЮСШ "Мотоль"

Карпова Н.Н., студентка Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Касаткина Г.М., к.п.н., доцент Муниципального бюджетного учреждения «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», г. Нижний Тагил

Касьянова Н.А., студент СФ Башкирского государственного медицинского университета, г. Стерлитамак

Кашина А.Д., лаборант Поволжской государственной академии физической культуры спорта и туризма, г. Казань

Квашнина Е.В., к.п.н., доцент Уральского госуниверситета физической культуры, г. Челябинск

Клименко С.В., к.п.н., доцент, заведующий кафедрой ФКС и АФК Подольского социально-спортивного института, г. Подольск

Клыков В.Н., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Ковалева О.С., преподаватель Омского государственного технического университета

Коваленко А.Н., д.м.н., профессор Уральского государственного университета физической культуры, г. Челябинск

Ковязина О.Л., к.б.н., доцент Института биологии Тюменского государственного университета

Коган А.Л., магистрант Уральского госуниверситета физической культуры, г. Челябинск

Козлова А.Э., аспирант Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Смоленск

Койносов А.П., д.м.н., доцент Ханты-Мансийской государственной медицинской академии, г. Ханты-Мансийск

Койносов Ал.П., д.м.н., доцент Ханты-Мансийской государственной медицинской академии, г. Ханты-Мансийск

Койносов П.Г., д.м.н., профессор Тюменского государственного медицинского университета, г. Тюмень

Колесникова Н.Н., к.п.н., доцент Полесского госуниверситета, г. Пинск, Республика Беларусь

Колесников Н.В., к.п.н., профессор Санкт-Петербургского Государственного экономического университета, г. Санкт-Петербург

Колмаков С.В., преподаватель Северо-Казахстанского государственного университета им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан

Коломова Д.В., Сибирского Федерального Университета**,** г. Красноярск

Колпакова Е.М., доцент Алтайского государственного университета, г. Барнаул

Колташова Т.В., к.п.н., доцент Омского государственного технического университета, г. Омск

Колунин Е.Т., к.б.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Колыванова М.С., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Колыванова М.С., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Кондратенкова Е.А. к.б.н., доцент Могилевского госуниверситета имени А.А. Кулешова, г. Минск, Республика Беларусь

Коновалов И.Е., д.п.н., доцент Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Коновалова Л.А, к.п.н., доцент Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Кононова О.В., доцент Удмурского государственного университета, г. Сыктывкар

Коноплева Е.Н., к.п.н., доцент Сибирского государственного аэрокосмического университета им. Академика М.Ф. Решетнева, г. Красноярск

Королев Г.Н., доцент Казанского национального технического исследовательского университета им. А.Н. Туполева-КАИ, г. Казань

Коротков Г.В., методист Югорского колледжа-интерната олимпийского резерва, г. Ханты-Мансийск

Корякина Е.М., руководитель физического воспитания ГБПОУ Свердловской области «Талицкий лесотехнический колледж им. Н.И.Кузнецова», г. Талица, Свердловская область

Котляр Н.Н., к.м.н., доцент Магнитогорского государственного технического университета им. Г.И. Носова, г. Магнитогорск

Котова Т.Г., к.п.н., ст. преподаватель ИФК Тюменского госуниверситета, г. Тюмень

Красавина М.Ю., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Красникова Л.И., к.м.н., главный врач городской больницы № 1 Арзамасской городской больницы № 1, г. Арзамас

Крупицкая О.Н., преподаватель Национально-исследовательского Томского госуниверситета, г. Томск

Крутакова К.Б., Муниципальное бюджетное учреждение «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», г. Нижний Тагил

Кузмичев Ю.Г., д.м.н., профессор кафедры детских болезней Нижегородской государственной медицинской академии, г. Нижний Новгород

Купцова О.Н., старший преподаватель Уральского государственного университета физической культуры

Кургузов Р.В., аспирант Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, г. Санкт-Петербург

Кутейников В.А., старший преподаватель Стерлитамакского филиала Башкирского государственного университета, г. Стерлитамак

Куценко Г.А., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Куценко Я.А., к.п.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Лазутина Н.С., доцент МГТУ им. Н.Э.Баумана, г. Москва

Ларин А.Н., старший преподаватель Пермского военного института внутренних войск МВД России, г. Пермь

Латюшин Я.В., д.б.н. Уральского госуниверситета физической культуры, г Челябинск

Ленская И.Ф., Алтайский государственный технический университет им. И.И. Ползунова, г. Барнаул

Лескова Ю. Л., Педагог-психолог МБОУ «СОШ №2» города Смоленска, г. Смоленск

Лимаренко А.П., ст. преподаватель Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Лимаренко О.В., к.п.н., доцент Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Липов В.М., студент Университетского колледжа Оренбургский государственный университет, г. Оренбург

Литвиненко А.Г., преподаватель Российского университета кооперации, Краснодарский кооперативный институт (филиал), г. Краснодар

Лобанова О.А., студент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Лобашева А.А., к.п.н., доцент Уральского госуниверситета, г. Челябинск

Лозовая М.А., преподаватель Сибирского ИФК Тюменского госуниверситета аэрокосмического университета, г. Красноярск

Лозовой А.А., преподаватель кафедры физической культуры Сибирского аэрокосмического университета им. М.Ф Решетнева, г. Красноярск

Лубышева Л.И., д.п.н., профессор Российского госуниверситета физической культуры, спорта и туризма, г. Москва

Лукашевич С.С., преподаватель кафедры ФК Брестского государственного университета им. А.С. Пушкина, г. Брест, Беларусь

Лунев Д.Е., аспирант Уральского госуниверситета физической культуры, г. Челябинск

Лунина Н.В, к.б.н., доцент Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского, г. Омск

Лыкин Ю.О. преподаватель МГТУ им. Н.Э. Баумана, г. Москва

Скутин А.В., к.м.н., доцент Уральского госуниверситета физической культуры, г. Челябинск

Смирнов П.Г., к.п.н., профессор Тюменского индустриального университета, г. Тюмень

Лыкин Ю.О., преподаватель МГТУ им. Н.Э. Баумана, г. Москва

Макаридин Д.Н., к.п.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Макаров А.В., аспирант Сибирского государственного аэрокосмического университета им. академика М.Ф. Решетнева

Максимов Г.М., доцент Уфимский Государственный Авиационный Технический Университет (УГАТУ), г. Уфа

Макунина О.А., к.б.н., доцент, Уральского государственного университета физической культуры, г. Челябинск

Малиновская Н.В., к.п.н., доцент Санкт-Петербургского экономического университета, г. Санкт-Петербург

Мальчевская Н.Н. старший преподаватель Санкт-Петербургского экономического университета

Манжелей И.В., д-р пед. наук, профессор Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Маняхин А.В., старший преподаватель Государственного педагогического института им. Д.И. Менделеева филиал ТюмГУ, г.Тобольск

Мартусевич Н.О., к.б.н., доцент Могилевского госуниверситета имени А.А. Кулешова, г. Минск, Республика Беларусь

Маринич В.В., к.м.н., доцент Полесского государственного университета, г. Пинск, Республика Беларусь

Мартыненко И.В., к.п.н., доцент Уральского госуниверситета физической культуры, г. Челябинск

Матвиенко О.В., аспирант Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Матейчук К.Г., студент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Матяш В.А., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Мелихова Т.М., к.п.н., доцент Уральского госуниверситета физической культуры, г. Челябинск

Мельчакова М.Ю., студент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Михайлов А.Д., курсант Пермского военного института внутренних войск МВД России, г. Пермь

Михайлова С.В., к.б.н., доцент кафедры физической культуры Национального исследовательского Нижегородского государственного университета им.Н.И. Лобачевского, Арзамасский филиал, г. Арзамас

Моисеева Л.И., к.б.н., доцент Уральского госуниверситета, г. Челябинск

Мокеев Г.И., доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания, Уфимский Государственный Авиационный Технический Университет (УГАТУ)

Мокеев И.М.. преподаватель Уфимского государственного авиационно-технического университета, г. Уфа

Мокеева Е.Г., д.м.н., профессор НГУ им. П.Ф. Лесгафта, г. Санкт-Петербург

Морозова Н.В., доцент ИФК Тюменского госуниверситета, г. Тюмень

Мосеева Л.И., к.б.н., доцент Уральского государственного университета физической культуры, г. Челябинск

Мосин И.В. к.п.н., старший преподаватель МИФИ, г. Москва

Муравьёва А.В., управление физической культуры и спорта Администрации города Сургута.

Мухаев Д.Р., магистрант Поволжской ГАФКиТ, г. Казань

Мухамадеев Н.А., студент Магнитогорского государственного технического университета им Г.И. Носова, г. Магнитогорск

Муходанова Е.А., магистрант Сочинского госуниверситета, г. Сочи

Назмутдинова В.И., к.б.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Насонов В.В. к.п.н, доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Непомнящая Д.В., преподаватель Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Николаев В.А., студент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Овчинникова С.А., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Однорог А.А., старший преподаватель Новосибирского государственного технического университета, г. Новосибирск

Олексюк А.П., студентка 4 курса Брестского государственного университета им. А.С. Пушкина, г. Брест, Беларусь

Онучин Л.А., к.п.н., доцент Санкт-Петербургского госуниверситета

Павлов А.Н., Сибирский федеральный университет, г. Красноярск

Павлютина Л.Ю. к.п.н., доцент Омского государственного технического университета, г. Омск

Парахина Н.С., магистрант Северо-Кавказского федерального университета, г. Ставрополь

Парда С.В., магистрант Белорусского государственного университета физической культуры, г. Минск, Республика Беларусь

Парфенова Л.А., к.п.н., доцент Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Парфенова Т.А., преподаватель Тюменского индустриального университета, г. Тюмень

Пархоц Е.Г., лаборант кафедры АФиБЧ Брестского государственного университета им. А.С. Пушкина, г. Брест, Республика Беларусь

Паршикова М.О., студентка Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Пасюков П.Н., преподаватель Сахалинского госуниверситета, г. Сахалин

Пегов В.А., к.п.н., доцент Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Смоленск

Петрова Г.С., аспирант Поволжской гос. академии физической культуры спорта и туризма, г. Казань

Петрова Г.С., аспирант Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Пинягин П.Ю., магистрант Сибирского госуниверситета физической культуры и спорта, г. Омск

Погадаева А.Я., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Поликарпчук А.А., учитель физической культуры МБОУ СОШ, г. Невельск, Сахалинская обл.

Понамарев В.В., д.п.н., профессор Сибирского государственного аэрокосмического университета им. Академика М.Ф. Решетнева, г. Красноярск

Потовская Е.С., ст. преподаватель Национально-исследовательского Томского госуниверситета, г. Томск

Приходько В.И., к.м.н., доцент Белорусского государственного университета физической культуры, г. Минск, Республика Беларусь

Прокопьев Н.Я., д.м.н., профессор Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Пронкина С.А., к.п.н. ФГОУ ВО Сахалинского государственного университета, г. Южно-Сахалинск

Проскурякова Н.Г., ЗМС, доцент кафедры спортивных дисциплин Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Пухов Д.Н., сотрудник Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, г. Санкт-Петербург

Райнхардт О.О., ст. преподаватель Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета, г. Пермь

Ретюнский И.В., аспирант Сибирского государственного аэрокосмического университета им. Академика М.Ф. Решетнева, г. Красноярск

Речапов Д.С., к.п.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Рубцов Н.Г., старший преподаватель Сыктывкарского государственного университета им. Питирима Сорокина, г. Сыктывкар

Савенко М.А., д.м.н., доцент Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, г. Санкт-Петербург

Сазонов С.Н., магистрант Сибирского госуниверситета физической культуры и спорта, г. Омск

Салахутдинова А.З., аспирант Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Салмова А.И., аспирант Поволжской государственной академии физической культуры и спорта, г. Казань

Самойлова Г.М., доцент Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Сарапульцева О.Н., преподаватель Пермского государственного национально-исследовательского университета

Сафиуллина А.А., аспирант, преподаватель Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Сафонова Ж.Б., д.п.н., профессор Омского государственного технического университета, г. Омск

Сафонова Т.С., студент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Сачковская В.В., Полесский государственный университет, г. Пинск, Республика Беларусь

Селиванова Л.В., студентка Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Серебренникова Н.А., аспирант Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Сесиашвили А.Э., магистрант ИФК Тюменского госуниверситета, г. Тюмень

Симонова Е.А., к.п.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Синявский Н.И., д.п.н., профессор доцент Сургутского государственного педагогического университета, г. Сургут

Скоробогатов С.С., студент Магнитогорского государственного технического университета им Г.И. Носова, г. Магнитогорск

Смирнов П.Г., к.п.н., профессор Тюменского индустриального университета, г. Тюмень

Сморчков В.Ю., аспирант 3 курса Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Сокарова Г.В., сотрудник Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, г. Санкт-Петербург

Сотниченко А.С., студентка Северо-Казахстанского государственного университета им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан

Сотниченко Е.А., старший преподаватель Северо-Казахстанского государственного университета им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан

Сперанская О.Ю., тренер-преподаватель Дворца спорта «Кристалл», г. Южно-Сахалинск

Стародубцева И.В. к.п.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Степанова М.В., старший преподаватель Санкт-Петербургского государственного экономического университета, г Санкт-Петербург

Сулейманова М.И. преподаватель Брестского государственного университета им. А.С. Пушкина, г. Брест, Республика Беларусь

Сулейманова И.Ф., студентка Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Терликова З.З., Муниципальное бюджетное учреждение «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», г. Нижний Тагил

Тимофеева О.Г., магистрант Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Тиунова Т.А., преподаватель Сургутского государственного педагогического университета, г. Сургут

Томилин К.Г., к.п.н., доцент Сочинского госуниверситета, г. Сочи

Тубаев А.Р., тренер-преподаватель отделения хоккея с шайбой, ДЮСШОР№3, г. Тюмень

Тузенкова Н.Н., преподаватель Северо-Кавказского федерального университета, г. Ставрополь

Тухватуллина Г.И., преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Угрюмов М.А., студент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Ульянова Н.А., к. п. н., доцент кафедры физического воспитания Алтайского государственного университета, г. Барнаул

Усманов Э.Г., старший преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Устинов И.Е., к.п.н. Санкт-Петербургского государственного экономического университета, г. Санкт-Петербург

Ушканов С.В., старший преподаватель Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Фазлутдинова Л.Р., старший преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Филатов А.В., преподаватель Пермского военного института войск национальной гвардии РФ, г. Пермь

Филиппова Е.А., студент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Халманских А.В., к.п.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Хамидуллин А.И., старший преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Хасанова Е.В., студентка Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского, г. Омск

Фурсов А.В., к.п.н., доцент Сургутского государственного педагогического университета, г. Сургут

Хамидуллин А.И. Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа

Хидетоши К., Всеяпонская ассоциация мини-футбола г. Тайки, Япония

Хисамов Р.Р., старший преподаватель Стерлитамакского филиала БГМУ, г. Стерлитамак

Хромин Е.В., к.п.н., доцент, директор департамента по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени

Хромина С.И., к.п.н, доцент Тюменского индустриального университета, г. Тюмень

Хузин Д.Р., студент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Цапов Е.Г., к.б.н., доцент Магнитогорского государственного технического университета им Г.И. Носова, г. Магнитогорск

Царегородцева Л.Д. к.п.н., старший преподаватель МИФИ, г. Москва

Цымбалюк Е.А., к.п.н., доцент Белорусского госуниверситета физической культуры, г. Минск

Чаюн Д.В., аспирант, ассистент-преподаватель Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Чедов К.В., к.п.н., доцент Пермского государственного национально-исследовательского университета, г. Пермь

Чедова Т.И., к.п.н. Пермского государственного национального исследовательского университета, г. Пермь

Черемхин П.П., тренер, ГАУ ТО «Центр подготовки спортивного резерва по лыжным гонкам и биатлону Л.Н. Носковой», Тюменский государственный университет, г. Тюмень

Черепенин Е.В., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Чернякова С.Н., канд. пед. наук, ст. преподаватель Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Чуркина Д.А., студент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Шакиров Б.Ф., студент 4 курса Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань

Шарманова С.Б., к.п.н., профессор Уральского госуниверситета физической культуры, г. Челябинск

Шатилович Л.Н., к.б.н., доцент Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Шатохин А.Г., Заведующий спортивным клубом «Запсибколледж» Западно-Сибирского государственного колледжа, г. Тюмень

Шафикова Л.Р., к.б.н., доцент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Шахонская-Тихомирова Ю.Е., бакалавр ФК Тюменского госуниверситета

Шебалина Л.Г., Алтайского государственного медицинского университета, г. Барнаул

Шейко Г.А., ст. преподаватель СФ Башкирского государственного медицинского университета, г. Стерлитамак

Шекурова И.В., Муниципальное бюджетное учреждение «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», г. Нижний Тагил

Щербаков В.С., магистрант Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Щербина Ю.И., преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Шершукова Е.П., студент СФ Башкирского государственного медицинского университета, г. Стерлитамак

Шестопалов Е.В., канд. техн. наук, доцент Магнитогорского государственного технического университета им Г.И. Носова, г. Магнитогорск

Шихова Н.Г., директор МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13», г. Пермь

Шпрунг А.В., МСМК, тренер по биатлону высшей категории (Австрия, Земля Штирии), 6-ти кратная чемпионка Мира по биатлону, Участник Олимпийских Игр в Нагано, Чемпионка России и Австрии по биатлону.

Штакельберг В.И., студент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Шубин Д.А., к.п.н., доцент Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Юсупов И.Р., старший преподаватель Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Юсупова Л.Р., студент Башкирского государственного медицинского университета, г. Уфа

Ягудина Е.С., старший тренер-преподаватель по спорту Центра оздоровительной физической культуры Института физической культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень

Яковлев А.Н., к.п.н., доцент Полесского госуниверситета, г. Пинск, Республика Беларусь

Яхина И.Р., студент Стерлитамакского филиала Башкирского государственного университета, г. Стерлитамак

I.
ЭКОНОМИКО-ПРАВОВЫЕ И СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СУБЪЕКТАХ РФ: РЕГИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ. ВНЕДРЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

УДК 796.011

Л.И. Лубышева, д.п.н., профессор

ВНЕДРЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФСК ГТО: ПРОБЛЕМНОСТЬ И АКТУАЛИЗАЦИЯ ИННОВАЦИОННЫХ РЕШЕНИЙ

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), г. Москва, Россия, fizkult@teoriya.ru

Аннотация. Рассматривается сущность физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» как основы физического воспитания населения. Даются критический анализ и характеристика современного комплекса ГТО, методы его реализации. Обсуждается перспектива нового пути развития данного комплекса в условиях современной России.

Идея добровольной сдачи спортивных нормативов и получение знака отличия в качестве награды за приложенные усилия заслуживает внимания. Эта мера могла бы стать дополнительной и сопутствующей для начинающих спортсменов, а также для людей, занимающихся спортом долгое время.

Ключевые слова: физкультурно-спортивный комплекс ГТО, физическое воспитание, спорт, развитие спорта, спортивная культура, спортизация

L. I. Lubysheva, Ph. D., Professor

THE INTRODUCTION OF THE ALL-RUSSIAN FSK TRP: THE PROBLEM AND THE ACTUALIZATION OF INNOVATIVE SOLUTIONS

Russian state University of physical culture, sport, youth and tourism (gtsolifk), Moscow, Russia, fizkult@teoriya.ru

Abstract. The essence of physical culture and sports complex "Ready for labor and defense" as the Foundation of physical education of the population. Provides a critical analysis and characterization of modern complex TRP, methods of implementation. Discussing the prospect of a new path of development of this complex in the conditions of modern Russia.

The idea of voluntary surrender sports standards and receive a badge as a reward for their efforts is noteworthy. This measure could be an additional and related for beginners and also for people involved in sports for a long time.

Key words: physical culture and sports complex GTO, physical education, sports, development of sports, sports culture, sportitalia.

Современная система ГТО базируется на Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», утвержденном Постановлением Правительства от 11.06.2014 г. № 540, в котором намечены долгосрочные цели и задачи возрождения ГТО как инновационного проекта современного физического воспитания населения страны.

Действительно, трудно спорить с разработчиками по поводу постановки цели:

- повысить эффективность использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма;
- обеспечить преемственность в осуществлении физического воспитания населения.

Актуальными являются и поставленные перед проектом задачи:

- увеличить число российских граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- повысить уровень мотивации, физическую подготовленность к жизни граждан РФ;
- повысить общий уровень знаний и способов оценки физического состояния занимающихся.

Одна из важнейших задач внедрения современного Всероссийского ФСК ГТО – модернизация системы физического воспитания, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях [6,7].

Надо сказать, что идея возрождения комплекса ГТО не оставила никого равнодушным, наоборот, ее поддержали и государственные учреждения, и органы власти, а главное – большинство граждан России.

Однако этот энтузиазм, к сожалению, до сих пор не получил подкрепления со стороны людей, ответственных за активное внедрение этого важного для страны проекта. Многие практики отмечают отсутствие четких нормативно-правовых и организационных рекомендаций или программ, строго и углубленно конкретизированных на научно-методическом уровне. Наряду с этим все чаще можно слышать от специалистов, что сдача нормативов комплекса ГТО является обязательным нормативным требованием учебных программ физического воспитания в школах и вузах. По-разному трактуется соотношение комплекса ГТО и спорта. Логично, что сдача нормативов предполагает спортивную составляющую тренировки – соревнование. Тем не менее часто подчеркивается, что направленность комплекса ГТО – только физкультурная, а спорт является чуть ли не альтернативой для этого проекта.

Видимо, пришло время от идеи внедрения перейти к реальным решениям, которые позволят Всероссийскому комплексу ГТО от виртуальной реальности перейти к реализации стройно организованного проекта [9].

Учителя и преподаватели вузов должны, наконец, получить четкую установку на повышение уровня физической подготовленности школьников и студентов путем организации тренировочных занятий с достаточным количеством времени, обоснованным для каждого возраста объемом и интенсивностью. В проведенных нами исследованиях в течение 25 лет, неоднократно доказывалась эффективность спортизированного физического воспитания, где тренировка была главным элементом содержания учебного процесса. При этом мы опирались на известные в теории спорта закономерности: только на основе тренировки можно изменить физическое состояние человека и повысить его работоспособность [1,2].

Основой для конверсионных проникновений может служить использование высоких технологий спортивной подготовки для потребностей и условий физического воспитания детей, подростков и молодежи. Предложенная нами концепция учебного предмета «Спортивная культура», представляется актуальной на современном этапе развития общества [4,5].

Многочисленные экспериментальные данные с 2005 по 2010 г. подтвердили правильность основных положений спортивно-ориентированного физического воспитания. Только достаточное количество времени, отведенного для организации тренировочного процесса в школах, необходимый объем и интенсивность занятий способны улучшить состояние здоровья и повысить уровень физической подготовленности подрастающего поко-

ления. «Тренировка – главный и основной элемент содержания физической активности человека, она не является прерогативой только тех людей, которые занимаются спортом высших достижений или в системе базового спорта. Только на основе тренировки можно изменить физическое состояние человека» [8].

Однако без участия в спортивной деятельности, тренироваться для достижения личных результатов в каких-либо видах тестовых заданий ГТО практически невозможно. Кроме того, уже на этапе апробации комплекса принцип добровольности теряет свою значимость: сдаче норм ГТО угрожает «обязаловка», особенно для школьников и студентов. Это может породить приписки и не даст проекту светлой перспективы развития.

Если процесс подготовки подрастающего поколения к сдаче норм ГТО будет планомерно организован, то можно надеяться, что реализация проекта будет успешной. Безусловно, идея добровольной сдачи и получения знака отличия в качестве награды за приложенные усилия заслуживает особого внимания. Эта мера становится дополнительной мотивацией к систематически занятиям спортом. Тем не менее, она может быть эффективной, если учитель физической культуры и родители будут поддерживать у детей стремление к победе, прежде всего над самим собой.

Еще одна важнейшая проблема возрожденного комплекса ГТО – это формирование самих нормативных требований. К решению этой проблемы обратились профессор В.П. Губа с соавторами. В своем исследовании они отмечают элементарное несоответствие, например, в отдельных видах комплекса:

– нормативы в беге на 60 м для девочек и мальчиков 13-14 лет на золотой, бронзовый и серебряный знаки отличия одинаковы с нормативом для девочек и мальчиков 15 лет;

– нормативы в беге на 2000 км для девочек и мальчиков 13-14 лет на золотой, серебряный и бронзовый знаки отличия одинаковы с нормативом для девочек и мальчиков 15 лет;

– одинаковый норматив на золотой знак отличия комплекса в плавании для девочек 11-12 лет и 13-15 лет выше одинакового для девушек 16-17 лет и женщин 18-24 лет норматива (1:05.0 и 1:10.0 соответственно).

Более того, авторы приходят к выводу, что в настоящее время практически половина учащихся 13 – 15 лет не в состоянии выполнить нормативы IVступени комплекса, а их физическое состояние оценивается как «среднее» и «ниже среднего». Нормативно-тестирующая часть комплекса ГТО не соответствует данной возрастной группе, так как морфофункциональные, биомеханические, биологические показатели учащихся 13 лет сильно отличаются от таковых учащихся 15 лет, следовательно, раздел нормативно-тестирующей части комплекса ГТО IV ступени требует серьезной доработки [3].

Рассмотренные нами проблемы внедрения ВСФК ГТО требуют незамедлительного решения, в противном случае ему грозят забвение и разочарование всех, кто поддержал идею возрождения этого столь важного социального проекта.

Выводы. Идея добровольной сдачи спортивных нормативов и получения значка отличия в качестве награды за приложенные усилия заслуживает внимания. Эта мера могла бы стать дополнительной и сопутствующей как для начинающих спортсменов, так и людей, давно увлекающихся спортом. Однако в качестве стимула к занятиям спортом данная мера неприменима, так как желание заниматься спортом должно исходить от самого человека, его необходимо сформировать у ребенка в школьные годы. Осознание и понимание необходимости физической активности в форме тренировки и стремление улучшить себя могут способствовать популяризации спорта в нашей стране.

Литература

1. Бальсевич В.К. Конверсия высоких технологий спортивной подготовки как актуальное направление совершенствования физического воспитания и спорта для всех / В.К. Бальсевич // Теория и практика физ. культуры. – 1993. – № 4. – С. 21-23.

2. Бальсевич В. К. Спортивный вектор физического воспитания в российской школе / В.К. Бальсевич. – М.: НИЦ, «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006. – 112 с.

3. Губа В.П, Коновалов В.В., Пресняков В.В. – Морфобиомеханическая индивидуализация как эффективный метод интеграции ВФСК ГТО в систему общего образования // Теория и практика физической культуры, 2016. - №11, С.94-98

4. Лубышева Л.И. Спортивная культура как инновационное направление модернизации физического воспитания в общеобразовательной школе / Л.И. Лубышева // Матер. науч.-практ. конф., г. Кировск. – М., 2004 г. – 94 с.

5. Лубышева Л.И. Спортивная культура в старших классах общеобразовательной школы / Л.И. Лубышева, В.А. Романович. – М.: Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2011. – 240 с.

6. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»: Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 // Справочная правовая система «КонсультантПлюс».

7. О Всероссийском физкультурно-оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО): Указ Президента РФ от 24 марта 2014 года № 172 // Справочная правовая система «КонсультантПлюс».

8. Романович В.А. Содержание и организация спортивного образования старшеклассников / В.А. Романович // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. – № 3.

9. Романович В.А. Перспектива внедрения физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в образовательных учреждениях / В.А. Романович // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2016. – №4, С.10-13.

А.В. Шпрунг, МСМК, Австрия

ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ И УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТОЙ У ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ В АВСТРИИ

Аннотация: *В статье рассмотрены основные принципы организации и управления физической культурой и спортом в Австрии. Показано что формирование здорового образа жизни является приоритетной задачей австрийского государства. Физической культуре и спорту уделяется большое внимание начиная с дошкольного возраста. Подчеркивается что разнообразная физическая деятельность должна содействовать развитию детей и подростков как в моторной области, так и в познавательной ,социальной и эмоциональной областях. На основании личного опыта автора рассматриваются вопросы организации занятий различными видами спорта в Австрии.*

Ключевые слова: *начальная школа, физические возможности, стандарты, спортивные клубы, финансирование спортивных соревнований, участие родителей.*

Sprung Anna

THE PRINCIPLES OF ORGANIZATION AND MANAGEMENT OF SPORTS-MASS WORK AMONG CHILDREN AND YOUTH IN AUSTRIA

Abstract: the article describes the main principles of organization and management of physical culture and sports in Austria. It is shown that the formation of a healthy lifestyle is a priority of the Austrian state. Physical culture and sport is given a lot of attention from pre-school age. It is emphasized that physical activity should promote the development of children and adolescents in a motor region ,and in cognitive ,social and emotional areas. On the basis of personal experience of the author deals with the organization of various sports activities in Austria.

Key words: primary school, physical capabilities, standards, sports clubs, funding sports events, the participation of the parents.

Введение. На данном этапе в современном международном сообществе сферы физической культуры и спорта, организация и управление спортивной и массовой работы у детей и молодёжи являются актуальным составляющими гарантами формирования здорового общества (1,2,6). Любое государство заинтересовано в том, чтобы его граждане вели активный образ жизни, были здоровыми и работоспособными. Физическая культура и спорт рас-

сматриваются как достижение этой цели. В связи с вышеизложенным интересным является опыт по формированию здорового образа жизни в странах с большой продолжительностью жизни. Исследователей интересуют вопросы физической активности населения этих стран, организации различных форм занятий физической культурой и спортом.

Предпосылками к исследованию нашей статьи по особенностям организации и управления спортивно-массовой работой у детей и молодёжи в Австрии **(**Земля Штирии) послужило недостаточность изучения вопросов физического воспитания и управления спортивной и массовой работой в Австрии. Интересным представляется сравнение различным форм организации физической культурой в Австрии и в Российской Федерации (Тюменской область). Востребованность изучения для сферы физической культуры и спорта на международном уровне, в приоритетной степени определили **проблематику данного исследования.**

Методологической основой исследования по особенностям организации и управления спортивной и массовой работой у детей и молодёжи в Австрии, послужило использование современного методического инструментария теории спортивного менеджмента и физического воспитания, включающие, как общенаучные, так и специальные методы научного познания**.**

Результаты исследования и их обсуждение. При проведении нашего исследования об организации и управления спортивной и массовой работой у детей и молодёжи в Австрии**,** нами было, **выделено пять управленческих сегментов по развитию** спорта и массовой работы у детей и молодёжи:

- социальный статус спорта и спортсмена;
- семейное физическое воспитание;
- школьная организация спортивно-массовой работы;
- организация спортивно-массовой работы в учреждениях дополнительного образования (спортивные клубы);
- организация и управление спортом высших достижений.

Первый сегмент – социальный статус спорта и спортсмена.

В современном информационном мире **стабильными героями** остаются **спортсмены. Престиж среди известных людей всего мира** (политиков, ученых, артистов, бизнесменов), который прежде обеспечивался знатным происхождением или элитным, труднодоступным образованием, вдруг стал возможен для представителей спортивного мира. **Спортсмен** с его феноменальными данными физических качеств и способностей (силе, быстроте, выносливости, ловкости) и **тренер**, сумевший найти и раскрыть эти дарования, становятся **известными** на всех континентах земного шара. Чемпион, рекордсмен олимпиец стали **национальным достоянием**. Соревновательный процесс открыл путь к славе, сломав расовые и сословные барьеры.

Кроме того, есть и финансовый аргумент в пользу занятий спортом:

Призовые за сезон 2013 – 2014 гг. победителей общих зачётовэтапов Кубка Мира

Фамилия, имя	**Пол**	**Страна**	**Вид спорта**	**Призовые, евро**
Марсель ХИРШЕР	М	Австрия	Горные лыжи	283 919
Анна ФЕННИНГЕР	Ж	Австрия	Горные лыжи	268 237
Мартин Йонсруд СУНДБЮ	М	Норвегия	Лыжные гонки	196 092
Тереза ЙОХАУГ	Ж	Норвегия	Лыжные гонки	187 267
Мартен ФУРКАД	М	Франция	Биатлон	178 350
Кайса МАКАРАЙНЕН	Ж	Финляндия	Биатлон	137 800

Выражаясь современным языком: Спорт в трэнде. Актуально это и для Австрии.

И так как Австрия - горная страна, логично что на первом месте по популярности у подростков **горнолыжный спорт и прыжки с трамплина**. Горнолыжники появляются на обложках ведущих изданий страны, им хотят подражать**. Модно быть здоровым и успешным**. На этих примерах растет новое поколение.

Давайте рассмотрим, как же дети Австрии приходят в спорт на примере горной Штирии(одна из девяти земель Австрии).

Второй сегмент семейное физическое воспитание.

Семья и интересы:

Еще в детском возрасте детям предоставляется возможность попробовать себя в различных спортивных дисциплинах. Зимой это горнолыжный курс, летом-плавание. В Альпах, где есть возможность, предлагается знакомство с горными лыжами в 4-5 лет. В рамках дошкольной программы существуют недельный горнолыжные курсы и курсы плавания. Это не значит пятилетний ребенок сразу поплывет или помчится со склона. Таким образом детей только **знакомят** со спортом.

В возрасте до 6 лет у ребенка складывается представление о том или ином спорте, которым он хотел бы заниматься. Разумеется при выборе спортивного направления учитываются как физические(моторные) возможности ребенка так и организационные (удаленность от предлагаемых курсов).

Третий сегмент- школьная организация спортивно-массовой работы

Начальная школа. Количество спортивных часов и направленность занятий.

В начальных школах Австрии количество часов выделяемых на занятия ОФП варьируется. В среднем это 2 - 3 часа в неделю. Дополнительные физкультурные занятия –по усмотрению директора как факультатив.

Направленность занятий зависит от возраста ребенка. На ранней стадии это игровые виды и упражнения на координацию. В основном это коллективные (социальные) занятия. В зависимости от возможностей региона, добавляются горные или беговые лыжи, плавание. В Штирии в учебном году обязательно два пятичасовых похода.

Средняя школа(5-8 класс)

У ребенка перешедшего в среднюю школу(10-14 лет) есть несколько вариантов продолжать занятия спортом. Можно поступить в общеобразовательную школу или гимназию и продолжать занятия в спортивном клубе, либо поступить непосредственно в среднюю школу со спортивным уклоном.

В специализированных спортивных школах физическая и образовательная нагрузка пропорционально изменены в соответствии с соревнованиями и тренировочными сборами.

При поступлении в специализированную спортивную школу сдаются дополнительные нормативы соответствия выбранному виду спорта. Так же учитываются результаты выступления в соревнованиях прошедшего сезона.

Четвёртый сегмент организация спортивно-массовой работы в учреждениях дополнительного образования (спортивные клубы) :

Спортивные клубы. (WSV) Система, финансирование, соревнования, организация.

Ведущую роль в спортивном воспитании детей и подростков в Австрии играют спортивные клубы .Это бюджетный вариант объединения всех желающих заниматься спортом на добровольных началах . В зависимости от региональных возможностей и наличия спортивных сооружений, клубы предлагают детям и подросткам занятия различными видами спорта. Рассмотрим пример Штирии, горный массив :

Зимний
Спортивный клуб

Название вида спорта	Возраст начала занятий	Количество занятий в неделю
Горные лыжи	**5 лет**	**До 5-ти**
Лыжные гонки	**6-7 лет**	**2-4**
Биатлон	**7 лет**	**2-4**
Лыжное двоеборье и прыжки с трамплина	**6-7 лет**	**1-3**

В целях экономии начальные занятия (ОФП) в лыжных гонках, биатлоне и двоеборье иногда объединяют.

Некоторые наиболее популярные спортивные клубы с высоким качеством подготовки детей насчитывают до 2000 участников при общем количестве населения поселка 2700 человек. Ежегодное членство стоит порядка 70 Евро в год. Возраст не ограничивается. Из клубного бюджета финансируется почасовая работа тренеров(не является основной работой),необходимый для проведения соревнований инвентарь, транспорт.

Пятый сегмент организация и управление спортом высших достижений.

Лыжная академия или частные тренировки.

По окончании средней школы у австрийского подростка есть выбор дальнейшего обучения:

- Общеобразовательная гимназия и частные занятия спортом(клуб)
- Среднее профессиональное обучение и частные занятия спортом
- Специализированная спортивная академия.

Прежде чем мы перейдем к теме **лыжной академии** , хочу отметить **отсутствие** в Австрии соревнований, таких как:

Спартакиада средних специальных учебных заведений

И

Спартакиада учащихся общеобразовательных учреждений.

В отличие от Тюменской области, где у учащихся общеобразовательных и средних специальных учебных заведений есть интерес тренироваться с целью соревнований, у австрийских подростков такой возможности нет. Неплохо было бы провести спартакиаду учащихся общеобразовательных учреждений , какую регулярно проводит **Тюменская область**. Появятся дополнительные стимулы к занятию спортом и определенные личные достижения. Суть любого вида спорта и спорта в целом как социальной сферы составляет соревновательная деятельность, представляющая собой состязательность в наиболее «чистом» виде (*Н.Н. Визитей*).

Итак, в 14 лет у австрийского подростка и его родителей есть выбор:

Либо дальнейшее профессиональное образование и любительское увлечение спортом, либо спортивная академия по выбранному виду спорта.

Лыжная Академия, Гимназия со спортивным уклоном и среднее профессиональное училище со спортивным уклоном.

В Австрии на 8 мил. жителей есть необходимость в четырех специализированных спортивных учебных заведениях. Наравне с профессиональными тренировками спортсмены

получают полноценное образование. Программа обучения подогнана под соревновательный план, в следствии чего обучение длится дольше среднестатистического австрийского обучения.

Подростки проживают в спорт интернате и система подготовки **очень схожа** с системой УОР, (училище олимпийского резерва)имеющейся в **России**. Но в **отличие** от Российского варианта, **проживание подростков** в австрийском интернате полностью оплачивается из **семейного бюджета.** Государство финансирует работу тренерско-преподавательского состава ,экипировку и оплачивает часть соревнований и сборов. Процент финансового участия родителей варьируется и зависит от законодательной системы области.

На основании нашего исследования можно сделать следующие выводы:

Как в Австрии так и в России существует государственная программа развития физической культуры и спорта. Вместе с тем, в ходе проведенной работы можно выявить следующие различия в российской и австрийской системе привлечения детей и подростков к физической культуре и спорту. Австрийская система рассчитана на более **ранний возраст** занимающихся с равномерной финансовой поддержкой на начальном уровне (порядка 50-70 % за счет государства). После перехода в юношеский возраст (14 лет) финансовая поддержка существенно **уменьшается** (20-30 %) но увеличивается количество профессиональных соревнований. В то же время в Австрии **практически нет** соревнований для детей и подростков НЕ занимающихся профессионально спортом, и чрезвычайно мало **соревнований между учебными заведениями.** Это ограничивает массовый интерес к занятию спортом у подростков в Австрии. Систематизированные тренировки по спортивным планам присутствуют с момента обучения в специализированных спортивных школах.

Литература:

1.Зуев, В.Н. Управление системой спортивного соревнования на федеральном и региональном уровнях: Учебное пособие/В.Н. Зуев. – М.: Физическая культура, 2016. – 256 с.

2.Зуев, В.Н. Ценностные ориентации при выборе спортивных субкультур экстремальной направленности / В. Н. Зуев, В. А. Иванов // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 12. – С. 14-16.

3. www.oesv.at/news/index.php

4..www.steirerski.at

5. www.ramsausport.com/de/winter/wintersportverein.html

6. www.bmb.gv.at/schulen/unterricht/l

Интернет-ресурсы:

Австрийская лыжная федерация ÖSV //www.oesv.at/news/index.php

Штирийская лыжная федерация SSV http://steirerski.at/

Спортивный клуб Ramsau am Dachstein WSV http://www.ramsausport.com/de/winter/wintersportverein.html

Стандарты учебных планов начальной школы. https://www.bmb.gv.at/schulen/unterricht/l

Anna Sprung

THE PRINCIPLES OF ORGANIZATION AND MANAGEMENT OF SPORTS-MASS WORK AMONG CHILDREN AND YOUTH IN AUSTRIA

Abstract: the article describes the main principles of organization and management of physical culture and sports in Austria. It is shown that the formation of a healthy lifestyle is a priority of the Austrian state. Physical culture and sport is given a lot of attention from pre-school age. It is emphasized that physical activity should promote the development of children and adolescents in a motor region ,and in cognitive ,social and emotional areas. On the basis of personal experience of the author deals with the organization of various sports activities in Austria.

Key words: primary school, physical capabilities, standards, sports clubs, funding sports events, the participation of the parents.

Introduction. At this stage in the contemporary international community in the sphere of physical culture and sports, organization and management of sports and mass work among children and young people are relevant constituents of the guarantors of a healthy society (1,2,6). Any state interested in the fact that its citizens had an active lifestyle, healthy and functional. Physical culture and sports are considered as the achievement of this goal. In connection with the foregoing interesting is the practices of forming healthy lifestyles in the countries with high life expectancy. Researchers interested in issues of physical activity of the population of these countries, the organization of various forms of physical culture and sports.

Prerequisites to study our article on the specifics of the organization and management of sports-mass work among children and youth in Austria (the Land of Styria) was the inadequate research issues of physical education and management of sport and mass work in Austria. Interesting is the comparison of the different forms of organization of physical culture in Austria and in the Russian Federation (Tyumen oblast). The relevance of a study for the sphere of physical culture and sports at the international level, in the priority degree determined the problems of this study.

Methodological basis of the study on the characteristics of the organization and management of sports and mass work among children and young people in Austria, was the use of modern methodological tools of the theory of sport management and physical education, including as General scientific and special methods of scientific knowledge.

The results of the study and their discussion. When conducting our research on the organization and management of sports and mass work among children and youth in Austria, we had identified five management segments in the development of sports and mass work among children and young people: social status of sport and the athlete

The first segment – social status of sports and athletes. In the modern information world heroes remain stable athletes. Prestige among the famous people all over the world (politicians, scientists, artists, businessmen), who previously provided with a noble origin, or an elite, inaccessible education, suddenly became possible for representatives of the sports world. The athlete with the phenomenal data of the physical abilities (strength, speed, endurance, agility) and coach, who managed to find and uncover these talents become known on all continents of the globe. Champion, the champion Olympian become a national treasure. The competitive process opened the way to fame, breaking down racial and class barriers. In addition, there is also a financial argument in favour of sports:

Prize for the season 2013 – 2014 winners of the General classification of the World Cup

Name	Floor	Страна	Вид спорта	Призовые, евро
Marcel HIRSCHER	m	Austria	Skiing	283 919
Anna FENNINGER	W	Austria	Skiing	268 237
Martin jonsrud SUNDBY	m	Norway	Skiing	196 092
Therese JOHAUG	W	Norway	Skiing	187 267
Martin FOURCADE	m	France	biathlon	178 350
Kaisa MAKARAINEN	W	Finland	biathlon	137 800

In modern language: Sports in trend. This works for Austria. And since Austria is a mountainous country, it is logical that the first place in popularity among teenagers Alpine skiing and ski jumping. Skiers appear on the covers of leading publications in the country, they want to emulate. It is fashionable to be healthy and successful. In these examples, the new generation is growing up. Let's look at how the children of Austria come to the sport for example mountain of Styria(one of the nine States of Austria). The second segment of the family physical education. Family and interests: In childhood, children are given the opportunity to try themselves in various sports disciplines.

In the winter it is a ski course in the summer-swimming. In the Alps, where possible, offers an introduction to skiing in 4-5 years. In the pre-school program there are weekly ski courses and swimming courses. This does not mean a five year old child from swim or rush with the slope. So only children familiar with the sport. Under 6 years the child develops a view about a particular sport that he would like to do. Of course when choosing a sports direction are recorded as physical(motor) ability of the child and the organizational (the distance from the proposed courses). The third segment - the school organization of sports-mass work Elementary school. The number of sports hours and orientation training. In elementary schools in Austria the number of hours allocated to class RP varies. The average is 2 - 3 hours a week. Additional physical education classes, at the discretion of the Director as an elective. The aim of the training depends on the age of the child. Early on this game types and exercises for coordination. Basically it is the collective (social) classes. Depending on the opportunities in the region, added mountain or cross-country skiing, swimming. In Styria in the school year two of a five-hour hike. Middle school(5-8 grade) The child has passed the secondary school(10-14 years) there are several options to continue playing sports. You can enroll in secondary school or high school and continue classes at the sports club, or to enroll directly in a secondary school with a sports bias. In special sports schools and physical education, the load is proportionally changed in accordance with the competitions and training camp.

At receipt in a specialized sports school rented additional standards for compliance with the selected sport. Also take into account the results of the performance in the competition last season. The fourth segment of the organization of sports-mass work in the institutions of additional education (sport clubs)

Sports clubs. (WSV) System, funding, competitions, organization. Leading role in sports education of children and adolescents in Austria play sports clubs .This is a budget option of uniting all who want to play sports on a voluntary basis . Depending on regional capacities and the availability of sports facilities, clubs offer children and teenagers playing various sports. Consider the example of a Styrian mountain range :

In order to save the initial training (DIF) in cross-country skiing, biathlon and Nordic combined sometimes combine. Some of the most popular sports clubs with the high quality of training children account for up to 2,000 participants in the total population of the village of 2,700 people. Annual membership costs about 70 Euros per year. Age is not limited. From the club's budget is funded by the hourly work of the coaches(this is not the main job),required for the conduct of competition equipment and transport. The fifth segment of the organization and management of high performance sport. Ski Academy or private training.

At the end of secondary school the Austrian teenager has a choice of further learning: • Secondary grammar school and private sports(club) • Vocational training and private lessons for sports • Specialized sports Academy. Before we move on to the topic of ski Academy , I want to note the absence in Austria of the competition, such as: Sports day of secondary special educational institutions And Sports contest of students of educational institutions. Unlike the Tyumen region, where students of secondary and secondary special educational institutions have an interest to train with the aim of the competition, Austrian teenagers this is not possible. It would be nice to hold a sports contest of pupils of educational institutions which regularly Tyumen oblast. There will be additional incentives to exercise and certain personal achievements. The essence of any sport, and sports in General as a social sphere is a competitive activity, which is a competition in the most "pure" form (N.N.]). So, at the age of 14 an Austrian teenager and his parents have a choice:

Any further professional education and Amateur sportsmanship or sports Academy for a selected sport. The ski Academy, high School for sports and vocational secondary school with a sports bias. In Austria for 8 mil. residents there is a need for four specialist sports schools. Along with professional training the athletes get full education. The training program is tailored to the competitive plan, in consequence of which the training lasts longer than the average Austrian education. Teenagers live in a boarding school and sports training system is very similar to the ECM system, (school of the Olympic reserve)in Russia. But unlike the Russian version, stay the teenag-

ers in the Austrian boarding is fully paid from the family budget. The state finances the work of coaching and teaching staff ,equipment and pays for part of the competition and charges. The percentage of financial participation of parents varies and depends on the legislative system in the area. On the basis of our study we can draw the following conclusions:In Austria and in Russia there is a state program of development of physical culture and sports. However, in the course of the work it is possible to identify the following differences in the Russian and Austrian system of attracting children and teenagers to physical culture and sport. The Austrian system is designed for an earlier age dealing with uniform financial support at the initial level (of the order of 50-70% by the state).

After the transition to adolescence (14 years) financial support is significantly reduced (20-30%) but an increasing number of professional competitions. At the same time, in Austria almost no competition for children and adolescents NOT engaged in professional sports, and very little competition between educational institutions. This limits the mass interest in sport activities among adolescents in Austria. Systematic training in sport there are plans since training in specialized sports schools.

Literature:

1. Zuev, V. N. The management system of sports competitions at the Federal and regional levels: a Training manual/V. N. Zuev. – M.: Physical culture, 2016. – 256 p.

2. Zuev, V. N. Value orientations in the choice of sporting subcultures of extreme focus / V. N. Zuev, V. A. Ivanov // Theory and practice of physical culture. – 2013. – No. 12. – S. 14-16.

3. www.oesv.at/news/index.php

4. www.steirerski.at

5. www.ramsausport.com/de/winter/wintersportverein.html

6. www.bmb.gv.at/schulen/unterricht/l

Internet resources:

The Austrian ski Federation ÖSV //www.oesv.at/news/index.php

The Styrian ski Federation SSV http://steirerski.at/

The sports club WSV Ramsau am Dachstein http://www.ramsausport.com/de/winter/wintersportverein.html

Standards for curricula elementary schools. https://www.bmb.gv.at/schulen/unterricht/l

S. Arzakanyan, PhD. med. Sciences; K. Geghamyan, assistant

FEATURES OF THE PEDAGOGICAL ABILITIES OF TEACHERS OF PHYSICAL CULTURE AND COACH

State Institute of physical culture and sport of Armenia. Department of pedagogy and psychology of sports. Professor A. A. lalani, Yerevan, Armenia, sona.arzakanyan@mail.ru

Abstract: the paper presents a chronological review of the literature on the basic abilities of the physical education teacher and coach.

Key words: pedagogical skills, chronological analysis, teacher, trainer, competence, activity.

Relevance. The development of mental and physical abilities in children is one of the Central problems in the education system. In the pedagogical process had its unique place physical education teacher and sports coach, so any activity substantially different from the other activities of the teacher. Specialty teacher of physical culture and the trainer is a number of special requirements for teacher's personality, among which are some psychological tension work with different age groups, exercise all day on your feet, the venue of the lesson outdoors, the gym, the competition, etc.

Today, despite long years of research are still problems, we abilities of the physical education teacher and coach finally autocrine and are constantly improving the way development [A. Derkach, A. Isaev, 1981, M. Stankin, 1983, A. Ter-Hovhannisyan 1986, V. Sharma, 2004, 2009 F. Kazarian, S. Safarian 2009].

The purpose of the study. The result is a chronological analysis reveals the dynamics of teaching abilities of teachers of physical culture and coach. since the 1980-ies up to the present time.

With this purpose we have conducted a content analysis, where the literature presents the main pedagogical skills teacher of physical culture and coach in the sport in chronological order. According to the literature analysis it becomes obvious the fact that pedagogical skills teacher of physical culture, today, unfortunately little studied. Some teaching abilities some of the authors don't have the space, while the other authors are different. It is obvious that the authors in his works, distinguish between different quantitative and qualitative indicators of pedagogical advice abilities. Therefore, it is necessary to clarify a number of pedagogical abilities, relying on the opinions of different authors. Although each of them has its specific role and significance.

The results of the study showed that most authors of the most important are communication and organizational skills of the physical education teacher and coach. This is understandable, as these two abilities make it possible in the first place to organize their activities, as well as the team of students, sports team and build good relationships with children and their parents. On the second plan there were such abilities as attention allocation, stress tolerance, constructiveness, special abilities that are not inferior to other abilities.

The authors believe that teaching abilities are formed in the process of transitioning to teaching. Teaching abilities have a correlation with General pedagogical skills. These abilities are closely and inextricably linked teaching abilities have a correlation with the total teaching. If any ability is not sufficiently developed, one of them can replace another. All teaching abilities with each other are in dialectical connection.

Conclusion. Chronological analysis of the literature showed that:

The effectiveness of the physical education teacher and coach, first and foremost is his personality, so research and teaching abilities, as the main component of pedagogical competence is a priority. However, research teaching abilities can not rely on one or more abilities. It should be carried out comprehensive characteristics.

The results of the study and analysis of the literature revealed that so far is researched teaching abilities in General, but little work on the problem of pedagogical abilities of teachers of physical culture and coach. This creates great difficulties for clear understanding of the structure of pedagogical abilities of teachers of physical culture and coach in the sport.

Literature

1. Derkach A. A., Isaev A. A., Pedagogical skill of the coach. – M.,- Physical culture and sport. – 1981 – 374 p.
2. Sasun, I. A., Foundations of pedagogical skills. – M.: Education. – 1989. – 296 p.
3. Ilyin E. P. Psychology of physical education. – S. Petersburg. – RGPU im. A. I. Herzen. – 2000. 486 p.
4. Ghazaryan F. G., Fundamentals of didactics of physical education and sports training. – Yerevan, 2012. – 211 S.
5. Lalayan A. A., Teacher of physical culture. – Yerevan, 1969.- 180 article.
6. Mikheev A. I., Formation of pedagogical skill of the coach.- M. - 1986 – 35ст.
7. Stankin M. I., Teacher of physical culture: identity and communication. – M. – 1993 8. Ter-Hovhannisyan.A.Ter-Hovhannisyan, I. A., Pedagogikasi. – Kiev. – Health,- 1986. – 205 p.

С.С. Арзаканян, канд. псих. наук; В.К. Гегамян, ассистент

ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ТРЕНЕРА

Государственный институт физической культуры и спорта Армении. Кафедра педагогики и психологии спорта им. проф. А.А. Лалаяна, Ереван, Армения, sona.arzakanyan@mail.ru

Аннотация: *В работе представлен хронологический анализ литературных источников об основных способностях учителя физической культуры и тренера.*

Ключевые слова: *педагогические способности, хронологический анализ, учитель, тренер, компетентность, деятельность.*

S. S. Arzakanyan, PhD. med. Sciences; K. V. Geghamyan, assistant

FEATURES OF THE PEDAGOGICAL ABILITIES OF TEACHERS OF PHYSICAL CULTURE AND COACH

State Institute of physical culture and sport of Armenia. Department of pedagogy and psychology of sports. Professor A. A. lalani, Yerevan, Armenia, sona.arzakanyan@mail.ru

Abstract: the paper presents a chronological review of the literature on the basic abilities of the physical education teacher and coach.

Key words: pedagogical skills, chronological analysis, teacher, trainer, competence, activity.

Актуальность. Развитие умственных и физических способностей у детей является одним из центральных проблем в системе образования. В педагогическом процессе свое особое место имеет учитель физической культуры и спортивный тренер, так каких деятельность существенно отличается от других видов деятельности педагога. Специальность учителя физической культуры и тренера представляет ряд специальных требований к личности учителя, среди которых можно выделить некоторые психологическое напряженность работа с разными возрастными группами, физическая нагрузка весь день на ногах, место проведения урока на открытом воздухе, спортзале, соревнование и.т.д.

На сегодня, несмотря на давние исследования до сих пор проблем мы способностей учителя физической культуры и тренера окончательно неуточнены и постоянно совершенствуются пути развития [А.Деркач, А. Исаев, 1981, М. Станкин, 1983, А. Тер-Оганисян 1986, В. Шарм, 2004, Ф. Казарян 2009, С. Сафарян 2009].

Цель исследования. В результате хронологического анализа, выявить динамикупедагогическихспособностейучителяфизическойкультурыитренерас 1980-х годов до настоящего времени.

С этой целью нами был проведен контент анализ (таблица 1), где из литературных источников представлены основные педагогические способности учителя физической культуры и тренера в спорте по хронологическому порядку.

Согласно литературным анализам становится очевидным факт, что педагогические способности педагога физической культуры, на сегодня, к сожалению мало изучены.

Как видно (таблица 1) некоторые педагогические способности у некоторых авторов не имеют места, в то время как у других авторов они отличаются. Очевидно, что авторы в своих трудах, выделяют различные количественные и качественные показатели педагогических советов способностей. Поэтому надо уточнить количество педагогических способностях, опираясь на мнения разных авторов. Хотя каждый из них имеет свою специфическую роль и значимость.

Результаты исследования показали, что у большинства авторов наиболее важное место занимают коммуникативные и организаторские способности учителя физической культуры и тренера. Это объяснимо, так как эти две способности дают возможность в первую очередь организовать свою деятельность, а также коллектив учащихся, спортивную команду, а также строить хорошие отношения с детьми, с их родителями. На второй плане остались такие способности как распределение внимания, стрессоустойчивость, конструктивность, специальные способности, которые не уступают других способностей.

Авторы считают, что педагогические способности формируются в процессе перехода педагогической деятельности. Педагогические способности имеют корреляционную связь с общими педагогическими способностями. Перечисленные способности тесно и неразрывно связаны между собой Педагогические способности имеют корреляционную связь с общими педагогический. Если какая-нибудь способность недостаточно развита, то одна из них может заменить другую. Все педагогические способности друг с другом находятся в диалектической связи.

Заключение.

Хронологический анализ литературы показал, что:

1. Некоторыеавторыодновременнопредлагаютразныеструктурыпедагогических способностейучителяфизическойкультурыитренераинеоднозначно-комментируютэтиспособности.

2. Эффективность деятельности учителя физической культуры и тренера, в первую очередь является его личности, поэтому и исследования педагогических способностей, как главный компонент педагогической компетентности является первоочередной задачей. Тем не менее, исследования педагогических способностей не может полагаться на одной или нескольких способностях. Она должна быть проведена комплексной характеристикой.

3. Результаты исследования и анализ литературы выявил, что до сих пор исследованы педагогические способности в целом, но мало работ по проблеме педагогических способностей учителя физической культуры и тренера. Это создает большие трудности для четкого представления о структуре педагогических способностей учителя физической культуры и тренера в спорте.

Литература

1. Деркач А.А., Исаев А. А., Педагогическое мастерство тренера. – М.,- Физкультура и спорт. – 1981 – 374 с.
2. Зязюн И. А., Основы педагогического мастерства. – М.: - Просвещение. – 1989. – 296 с.
3. Ильин Е. П., Психология физического воспитания. – С. Петербург. – РГПУ им. А.И. Герцена. – 2000. 486 с.
4. Казарян Ф. Г., Основы дидактики физического воспитания и спортивной тренировки. – Ереван, 2012. – 211 с.
5. Лалаян А. А., Учитель физической культуры. – Ереван, 1969.- 180 ст.
6. Михеев А. И., Формирование педагогического мастерства тренера.- М.- 1986 – 35ст.
7. Станкин М. И., Учитель физической культуры: личность, общение. – М. – 1993
8. Тер-ОганесянА.А.,Тер-Оганесян И.А., Педагогикаспорта. – Киев. – Здоровя,- 1986. – 205 с.

Таблица 1. Контент анализ педагогических способностей учителя физической культуры и тренера

	Авторы	Год	организаторский	коммуникативный	дидактический	экспрессивный	перцептивный	психомоторный	конструктивный	педагогическаяэтика	гностический	авторитетный	академический	творческий	педагогическоевоображение	наблюдательность	специальные	мажорные	стрессустойчивость	распределениевнимания	проективные	Научно-педагогический
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	А. Деркач, А. Исаев	1981	+	+	+	+	+		+				+				+					
2	М. Станкин	1983	+	+	+	+		+	+	+	+	+						+		+		+
3	А, Михеев	1986	+	+	+	+	+			+		+	+					+				
4	А. Тер-Оганисян	1986	+			+		+							+	+						
5	А. Корх	2000	+	+	+	+	+	+			+	+	+	+	+				+			
6	Е. Ильин	2000	+	+	+			+	+		+											
7	В. Шарм	2004	+	+	+	+	+							+	+							
8	В. Зиновев	2009		+	+		+			+									+			
9	ЕФадеев	2009	+	+				+	+		+										+	
10	Э. Мохаев	2009		+		+	+	+	+	+			+	+								
11	С. Сафарян	2009	+						+		+											
12	Ф. Казарян	2012	+	+	+	+	+	+		+		+		+		+	+					
	количество		10	10	8	8	7	7	6	5	5	4	4	4	3	2	2	2	2	1	1	1

УДК 316.454.2

Е.А. Цымбалюк, к.п.н., доцент

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГОВОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ОТДЕЛЬНЫХ АСПЕКТОВ ЛИЧНОСТНЫХ ПАРАМЕТРОВ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИДЕОЛОГИЧЕСКОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СПОРТИВНОМ ВУЗЕ

Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», Минск, Республика Беларусь, cymbaluk.lena@tut.by

Аннотация статьи. *В статье приведены результаты мониторингового исследования ценностных ориентаций белорусских студентов-спортсменов, их отношения к учебному процессу и будущей производственной деятельности; дана оценка факторов, способствующих, по мнению респондентов, успешному обучению в спортивном вузе. На основе анкетных данных автор статьи анализирует один из важных показателей личностного роста студентов-спортсменов - оценку последними меры собственной уверенности и факторов, способствующих приобретению данного качества. В заключении обобщаются результаты проделанной работы и даются практические рекомендации на будущее.*

Ключевые слова. *Мониторинговый опрос респондентов, идеологическое воспитание, ценностные ориентации личности, образовательный процесс, уверенность в собственных силах.*

E.A. Tsymbalyuk, of k.p.n., the docent

RESULTS OF A MONITORING STUDY OF THE SEPARATE ASPECTS OF THE PERSONAL PARAMETERS OF THE EFFECTIVENESS OF IDEOLOGICAL AND EDUCATIONAL WORK IN SPORT VUZ (INSTITUTE OF HIGHER EDUCATION)

Establishment of formation “Belorussian state university of physical culture”, Minsk, Republic of Belarus, cymbaluk.lena@tut.by

Annotation of article. *In the article the results of a monitoring study of the value orientations of Belorussian student- athletes, their relation to the training process and the future production activity are given; is given estimation of factors, facilitating, in the opinion respondents, to successful instruction in sport VUZ (Institute of Higher Education). On the basis of informations of the questionnaire the contributor analyzes one of the important indices of the personal growth of student- athletes - estimation by the latter of the measure of his own confidence and factors, which facilitate the acquisition of this quality. In the conclusion the results of the accomplished work are generalized and practical recommendations to the future are given.*

The keywords. *Monitoring interrogation of respondents, ideological training, the value orientations of personality, educational process, confidence in its own forces.*

Как известно, под идеологией понимают комплекс глобальных и имеющих внутреннюю логику идей, в соответствии с которыми та или иная группа воспринимает и оценивает мир. Идеология дает объяснение происхождения явлений, указывает направления их развития, предлагает критерии различения истины от лжи, существенных аргументов от второстепенных [1]. Соответственно идеологическая работа является средством политического воспитания людей, формирования у последних активной позиции в социальной жизни страны [2].

В практике работы белорусской высшей школы идеологическая и воспитательная работа предполагает [3, с. 9-12]:

– становление мировоззренческих основ личности (идейной убежденности, ценностных ориентаций студентов, высокой политической культуры, серьезной оценки значимости получаемого образования);

– формирование гражданственности и патриотизма (знание Конституции Республики Беларусь, истории Беларуси, современных тенденций в экономической, социально-политической и культурной жизни белорусского общества, повышение уровня национального самосознания студентов, развитие умения жить и взаимодействовать в поликультурном мире);

– профилактику противоправного и асоциального поведения (формирование правовой культуры), развитие нравственности (формирование таких качеств как ответственность, честность и порядочность), коллективизма и трудолюбия;

– экологическое воспитание и приобщение к ценностям здорового образа жизни;

– формирование психологической культуры студентов, их гендерное и семейное воспитание, воспитание культуры быта и досуга.

Являясь стрежнем государственной политики, идеологическая работа должна быть целостной, системной и последовательной [4], в силу чего требует исследования своей эффективности в мониторинговом режиме.

Цель настоящей статьи – представить результаты мониторингового исследования отдельных аспектов личностных параметров эффективности идеологической и воспитательной работы в спортивном вузе. Объектом исследования являлась идеологическая и воспитательная работа в Учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (БГУФК), предметом исследования – личностные параметры эффективности идеологической и воспитательной работы в БГУФК.

Задачи исследования состояли в том, чтобы выявить: типичные жизненные и профессиональные ценностные ориентации студентов-спортсменов; профессиональные планы респондентов и оценку ими качества предоставляемых образовательных услуг; наличие у студентов-спортсменов ряда личностных черт, необходимых для будущей профессиональной деятельности.

Результаты анкетирования 510 студентов первого, второго и третьего курсов факультетов спортивных игр и единоборств (СИиЕ), массовых видов спорта (МВС) и оздоровительного факультета (ОФКиТ) в течение 2015-2016 учебного года показали следующее.

Наиболее значимыми для себя среди типичных ценностных ориентаций студенты называют воспитанность, смелость, честность и жизнерадостность. Несколько ниже оцениваются волевые качества, жизненная мудрость и чуткость. Далее идут непримиримость к недостаткам, красота природы и красота искусства (таблица 1).

По степени значимости для своей будущей работы студенты-спортсмены распределяют личностные качества следующим образом. Ведущие позиции занимают ответственность, самоконтроль, образованность. Далее идут исполнительность, широкий кругозор, терпимость, эффективность в делах. На заключительной позиции находятся рационализм и расчетливость.

Расхождения наблюдаются лишь по позиции «терпимость», которую второкурсники и третьекурсники оценивают в два раза выше, чем первокурсники (таблица 2).

Таблица 1 – Степень значимости типичных ценностных ориентаций личности (средний балл)

N п/п	Содержание ответов	1 курс	2 курс	3курс
1.1	Воспитанность	7	8,7	7,2
1.2	Смелость	8,7	8,5	8,5
1.3	Честность	7,2	8,3	8,3
1.4	Жизнерадостность	6	8,2	7
1.5	Твердая воля	8	7,8	8,1
1.6	Жизненная мудрость	6,5	7,7	7
1.7	Чуткость	6,3	7,7	7
1.8	Непримиримость к недостаткам	5	6,9	6
1.9	Красота природы	8,3	6,8	6,2
1.10	Красота искусства	6	6,4	5,8

К третьему году обучения заметно возрастает количество респондентов, воспринимающих обучение в БГУФК как источник приобретения нужной профессии, соответственно снижается число тех, кто пришел в физкультурный вуз ради получения высшего образования в принципе. Неизменно количество респондентов, рассматривающих обучение в БГУФК как

время, потраченное зря, однако отрадно отметить, что к третьему курсу практически не остается тех, кто видит в обучении в вузе лишь средство отсрочки от армии либо реализации каких-то других меркантильных интересов (таблица 3).

Таблица 2 – Степень значимости для будущих специалистов в области физической культуры и спорта следующих личностных качеств (средний балл)

Номер ответа	Содержание ответов	1 курс	2 курс	3курс
2.1	Ответственность	8	8,8	9
2.2	Самоконтроль	7	8,7	8,8
2.3	Образованность	7,5	8,6	7,5
2.4	Исполнительность	7,2	8,3	8
2.5	Широкий кругозор	8	8,1	8
2.6	Терпимость	4	8	7,9
2.7	Эффективность в делах	8,3	7,9	8
2.8	Рационализм, расчетливость	8,3	7,4	8

Таблица 3 – Роль учебы в жизни студентов БГУФК (%)

N п/п	Содержание ответов	1 курс	2 курс	3 курс
3.1	Источник приобретения профессии	14	54	62
3.2	Обучение в БГУФК – возможность получить высшее образование в принципе	66	34	34
3.3	Обучение в БГУФК не является важным этапом жизни, в настоящее время есть более важные дела	9	10	2
3.4	Обучение в БГУФК – время, потраченное зря	3	2	3
3.5	Обучение в вузе – средство отсрочки от армии и пр.	9	0	0

Примечательна оценка студентами ожидаемых перспектив производственной деятельности. Для первокурсников она мыслится прежде всего как средство зарабатывания денег и поездок за границу, возможность организовать в будущем собственное дело, как источник профессионального роста и самосовершенствования. Далее, по мере убывания, на работу возлагаются надежды в плане расширения круга общения, устройства личной жизни, в значительно меньшей степени студентов-первокурсников волнуют будущие профессиональные трудности. На втором и третьем курсах взгляды респондентов в отношении перспектив работы по профессии становятся более реалистичными. Романтические мечты о поездках за границу и устройстве личной жизни сменяются пониманием необходимости отдавать работе много времени и сил, а также осознанием прямой зависимости между достатком и профессиональным ростом специалиста (таблица 4).

Среди факторов, которые бы способствовали обучению в БГУФК, студенты трех факультетов не находят более или менее значимых, оценивая все факторы приблизительно одинаково (таблица 5).

Таблица 4 – Оценка студентами БГУФК перспектив работающего человека (средний балл)

N п/п	Содержание ответа	1 курс	2 курс	3 курс
4.1	Работа – средство зарабатывания денег	9,2	8,8	7
4.2	Работа – источник профессионального роста и самосовершенствования	8,5	8,6	9,8
4.3	Работа – возможность устроить свою личную жизнь	7,5	5	3
4.4	Работа – тяжкая ноша	4,5	7,2	8
4.5	Работа – возможность организовать в будущем собственное дело	8,6	6,6	7
4.6	Работа – площадка для обмена профессиональным опытом	4,2	6,5	7
4.7	Работа – источник расширения круга друзей, знакомых и коллег	7,7	5,4	5
4.8	Работа – реальная возможность для поездок за границу	8,8	3,3	2

Однако в отношении основных составляющих учебно-воспитательного процесса в вузе студенты высказывания студентов более дифференцированы. В частности, высоким баллом отмечен профессиональный уровень преподавателей вуза в целом, доступ в университете к Интернет-ресурсам и материально-техническая база вуза. Несколько ниже оцениваются расписание

Таблица 5 – Значимость факторов, способствующих обучению в БГУФК, для студентов факультетов ОФКиТ, СИиЕ и МВС (средний балл)

N п/п	Факторы успешного обучения	ОФКиТ	СИиЕ	МВС
5.1	Способности и сила воли студента	7,9	7,38	7,5
5.2	Рабочая атмосфера в академической группе	7,6	5,7	4,9
5.3	Бытовые условия	7	9,5	9,5
5.4	Материальный достаток	6,3	6,79	7,2
5.5	Профессиональный уровень преподавателей	7,6	7	6,5
5.6	Эмоциональная атмосфера в вузе, отношение преподавателей к студентам	7,8	8,38	8,9
5.7	Материально-техническая база вуза	7,5	7,82	8,1
5.8	Обеспеченность вуза учебниками и учебными пособиями	6,8	7,52	6,5
5.9	Доступ студентов вуза к Интернет-ресурсам	7,4	7	7
5.10	Расписание занятий	7,7	7,14	6
5.11	График тренировочного процесса	6,5	6,73	6
5.12	Транспортное сообщение с вузом	6,6	7,05	7

занятий, организация культурно-массовых мероприятий, еще ниже – график тренировочного процесса, работа кураторов, организация производственной

Таблица 6 – Оценка студентами факультетов ОФКиТ, СИиЕ и МВС основных составляющих учебно-воспитательного процесса в БГУФК (средний балл)

N п/п	Основные составляющие учебно-воспитательного процесса	ОФКиТ	СИиЕ	МВС
6.1	Работа куратора	6,5	7,49	7
6.2	Расписание занятий	7,3	6,32	7
6.3	График тренировочного процесса	6,8	6,26	6,5
6.4	Профессиональный уровень преподавателей вуза	8	8,05	7,5
6.5	Работа библиотеки	7,4	6,23	6
6.6	Доступ в университете к Интернет-ресурсам	7,6	6,14	7
6.7	Материально-техническая база вуза	7,6	6,5	7
6.8	Организация культурно-массовых мероприятий	7,1	6,08	6
6.9	Возможность получить общежитие, помощь в поиске съемного жилья	4	5,26	5
6.10	Условия проживания в общежитии, в съемном жилье	5,4	5,08	6
6.11	Организация производственной практики	6,6	6,97	7
6.12	Широта освещения всей деятельности вуза в Интернете	6	6,26	5,9

практики, широта освещения деятельности вуза в Интернете, работа библиотеки. Достаточно низко студенты оценили условия проживания в общежитии, возможность получить койко-место и помощь вуза в поиске съемного жилья (таблица 6).

В плане оценки респондентами черт собственного характера следует отметить, что наибольшая динамика наблюдается относительно меры собственной уверенности. В частности, при уменьшении количества неуверенных в себе людей, одновременно возрастает число респондентов, сомневающихся в себе. Этот факт мы рассматриваем как положительный показатель. Речь идет не о возрастании психоэмоциональной угнетенности респондентов, а о формировании их самокритики и понимании огромных перспектив в собственном развитии (таблица 7).

Таблица 7 – Оценка студентами БГУФК меры собственной уверенности (%)

N п/п	Содержание ответов	1 курс	2 курс	3курс
7.1	Чувствуют себя в большей мере уверенными людьми	68	46	48
7.2	Однозначно считают себя уверенными в себе личностями	20	28	27
7.3	Чувствуют себя в большей мере неуверенными людьми	6	24	23
7.4	Однозначно считают себя неуверенными	9	2	2

Среди факторов, придающих студентам-первокурсникам уверенность в себе, по мере убывания, называются: спортивные успехи, внимание со стороны противоположного пола, хорошая успеваемость, комплименты друзей и собственная привлекательная внешность, материальная обеспеченность, умение произвести впечатление на окружающих, покровительство влиятельных людей. Для второкурсников и третьекурсников в равной мере актуальны все позиции без выделения доминирующих, что однозначно можно трактовать в пользу их духовной зрелости, когда студент понимает, что его уверенность в себе формируется комплексом фактором (таблица 8).

Таблица 8 – Оценка значимости факторов, придающих уверенность в себе (средний балл)

N п/п	Содержание ответов	1 курс	2 курс	3курс
8.1	Спортивные успехи	9	7,8	8
8.2	Внимание другого пола	9,3	7,6	8
8.3	Хорошая успеваемость	5	7,4	8
8.4	Комплименты друзей	7	7,4	8
8.5	Собственная привлекательная внешность	9	7,4	7
8.6	Материальная обеспеченность	9,1	7,3	9
8.7	Умение произвести впечатление на окружающих	8,5	6,6	7
8.8	Покровительство влиятельных людей	6	6,2	7

Проведенное исследование позволяет заключить следующее:

– организация идеологической и воспитательной работы в БГУФК имеет очевидные позитивные результаты. Студенты всех факультетов от курса к курсу демонстрируют поступенное формирование системы ценностных ориентаций, соответствующих традиционным устоям белорусского социума;

– система ценностных ориентаций позитивно влияет на отношение респондентов к образовательному процессу в БГУФК, адекватность их самооценки, на профессиональные планы респондентов и мотивы учебной деятельности;

– одновременно социальная незрелость ряда представителей студенческого сообщества показывает необходимость более дифференцированной, индивидуальной работы со стороны кураторов и общественных объединений в плане грамотной организации распорядка дня студентов, их быта, свободного времяпрепровождения

– немаловажную роль в дальнейшем совершенствовании идеологической и воспитательной работы в БГУФК может сыграть персонификация учебного процесса, т.е. введение специальных консультационных часов для студентов-членов сборных национальных команд, отстающих студентов и студентов-иностранцев.

Библиографический список:

1 Идеология // Политология. Словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://dic.academic.ru/dic.nsf/politology/62.

2 Идеологическое воспитание // Политическая психология. Словарь-справочник [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://political_psychology.academic.ru/58.

3 Сергеюк С.Л., Симановская Т.А. Система идеологической и воспитательной работы в учреждениях высшего образования Республики Беларусь / С.Л. Сергеюк, Т.А. Симановская // Идеологическая и воспитательная работа в учреждениях высшего образования: традиции и инновации: мате-

риалы заоч. науч.-метод. конф., Минск, Республиканский институт высшей школы, 15–17 мая 2013 г. – Минск: РИВШ, 2013. – С. 9-14.

4 Идеологическая работа в Республике Беларусь [Электронный ресурс]: пособие / В.И. Чуешов [и др.]; под общ. ред. д-ра филос. наук, проф. В.И. Чуешова. – Минск: Акад. упр. при Президенте Респ. Беларусь, 2013. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – Систем. требования: Microsoft Windows 98/ME/2000/XP.

UDC: 37. 037-053. 067/37. 011. 3

A.N. Yakovlev, Ph.D., Associate Professor

INNOVATIVE EDUCATIONAL SYSTEM AND HEALTH-TELESNOFORMIRUYUSCHIH TECHNOLOGIES OF SPORTS ACTIVITY IN THE EDUCATIONAL SPACE OF THE RUSSIAN FEDERATION AND THE REPUBLIC OF BELARUS

Poleski State University, Pinsk, Belarus, Yak-33-c1957@mail.ru

Annotation. The article reflects the scientific aspects of sports activity that has an impact on the life of man and the "embedded" in society, as national security (intellectual, moral and spiritual development of pupils and students and the economic progress, political stability and the growth of the international prestige of the Russian Federation, the Republic of Belarus) due to the dual impact of new areas chelovekoved-cheskih knowledge, educational and scientific disciplines (the basis for further development of the integration processes and to create conditions on the basis of health technologies of body-oriented focus (mechanisms devices, correction, adaptation) objectives, principles, means, methods, organizational forms of sports activity, with respect to educational institutions, regardless of their departmental affiliation).

Keywords: pedagogical system, sports activity, technology, educational space.

Relevance. Socio-demographic processes in Russian Federation and the Republic of Belarus at the present stage are characterized by low fertility, high mortality rate due to medical pathologies, primarily, to cardiovascular disease, cancer, and drug addiction, alcoholism, which leads to a decrease in the General level of spirituality and morality [1, 6, 7]. In the aspect of formulating the basic provisions of innovative pedagogical system of health and teleinformatic technology sports activities a specific role for individual adaptation, which reflects in the course of the life process which ensures the body resistance to certain impacts, including to intense physical stress, allowing "to solve problems not previously solvable", is ...start - up phase, "urgent", but not a perfect adaptation and the subsequent stage - the perfect long-term adaptation. [1, 176, 2, pp. 9 – 17].

According to Belarusian scientists (E. A. Maslowski, E. P. Wroblewski, V. I. Zakrevskiy) increased disability is associated with the increasing complexity of production processes, increasing traffic flows, the occurrence of military conflicts, environmental degradation and other causes.

In the works of Russian scientists observed that the fundamental task of the state policy is creation of conditions for effective socio-cultural transformations in the Russian Federation's interests [3. p. 50 – 52, 4. 209c, 5, pp. 58 – 59]. On the basis of relevance and insufficient elaboration of the problem was formulated the purpose of the study.

The purpose of the study. Development of innovative pedagogical system that reflects the technology of formation of value attitude to the body in physical education social institutions in the process of training physical culture and sports activities.

The object of study. Integrative and socializing the essence of physical culture as a kind of General culture and necessary human activity.

The subject of the study. Organizational-pedagogical conditions of functioning of physical culture and sports activities based on the explication of an integrative approach that combines different discourses - the spiritual and the bodily status of the person, the formation of bodily movement characteristics.

The extent of the problem. Drawing on the work of scientists on the theory and methodology of physical education and sports training, psycho-pedagogical, historical, sociological, medical biology, biomechanics, a situation in which there is a serious lack in the studies of structural and functional content, improving orientation [7, 368]. Sports activities is the sphere of harmonization of natural and socio-transformative in a person, as a unique region holistically-oriented resolution of the constant contradictions of motor activity of the individual.

The results of research and their discussion. The process of integration of social institutions in post-Soviet space, characterized by material and spiritual wealth, which creates conditions for strengthening of spiritual and bodily status in achieving its ultimate goal the production of man himself, the development of the wealth of human nature. Innovative pedagogical processes of health and teleinformatic technologies in contemporary transforming society functioning in the conditions of sharp social stratification of society, commercialization of the education system, the General and the youth subculture.

Methodology a comprehensive study of sports activity in the system, this sector includes: analysis of the methodology and results of innovation in the development of physical culture, the transformation of his own bodily organisation (functionally-creative, functional health, functional compensation, functional – camo, decorative) and its status. Developed pedagogical system should be integrated into the political, informational, legal, financial, project and logistical support to the organisation and management models and new forms of activities of state, municipal, institutional systems in the space of social institutions mainly in the public system of compulsory physical education. In the contemporary economy the importance of self-sufficiency economy is like the high, which are regulated by legal acts of the country. The basis of the Belarusian legislation in the sport is modified and supplemented by the Law of the Republic of Belarus "On physical culture and sports" from November 29. 2003 No. 251-3, which focuses on the creation of conditions for development of physical culture and sports-mass work and the participation of athletes (teams) of the Republic of Belarus in international competitions.

However, we should dwell on the peculiarities of modern civilization development: the computer revolution is associated with the onset of the human body, the protein form of life is under threat due to the massive introduction of machines and mechanisms (perspectives in genetic engineering, the improvement of means leading to artificial production, changes in personality, organ transplantation). Destroyed the traditional notion of the biological nature of man, and the rapid onslaught of technological thinking contains a hidden nekrofilskie momentum.

Conclusions. A number of problematic issues related to defining rhythms of the live systems and periods of accelerations, decelerations or stagnate in natural development, is determined by internal, genetic and phylogenetic factors that remain poorly understood, where its absolute results depend on the nature, direction, content and intensity of training and the training effects. This pedagogical approach allows for the liberalization of the educational-methodical complexes, work programs for physical education in the system of multilevel continuous education, which should be based on the social importance of personality traits, different variants of biological development, variation of health-training, differentiated techniques, a high practical result. The implementation of innovative pedagogical systems, but built-in concept of education, it is possible to implement through the integrated development of the socio-psychological law, education, health and law enforcement in the external environment.

The result of this activity may be: the strengthening of the status of the family in society, a fundamental change in the attitude of parents to education and understanding of the content of their work for the benefit of the individual. Services Wellness focus is not only related to the improvement of material-technical base of countries, but by law and financial support, which goes beyond the public sector, as the modernization of the education system in the former Soviet Union on the introduction of a sufficient number of restricted lessons of physical education or health class is not

possible in the foreseeable future, because external factors (the crisis, the establishment of a new societal order), under which the cost of the weekly amount of 6 hours of regulated training outside the academic schedules of educational institutions of all types should become necessary for the individual and the family, which later she (self) will provide social status and a successful life.

References

1. Agadzhanyan, N.. Adaptation and reserves of the body [Text] / N.. Aghajanian. - M: FC and S., 2005. - 176 p.

2. Bratus, B. S. the Experience of justification of humanitarian psychology [Text] / B. S. Bratus // Vopr. In psychology, 1990, no. 6. - C. 9 – 17.

3. Accurin, B. G. Physicality as a manifestation of human potential and value as the value of [Text] / B. G. Akchurin // Theory and practice NAT.culture.-2005. - No. 4. - P. 50 - 52.

4. Bykhovskaya, I. Y. "the Person physical" in the socio-cultural environment (studies in social and cultural anthropology) [Text], I. M. Bykhovskaya. - M.: Physical culture, education, science. - 1997. - 209c.

5. Egorov, A. G. Sport and civilization [Text] /A. G. Egorov // Theory and practice of physical culture, 2004.- No. 5.- P. 58 - 59.

6. Code of the Republic of Belarus on education. Entered into force 13 Jan. 2011 electronic resource // stork Information – legal portal of Belarus. – Minsk, 2011. – Mode of access : www.busel.org – access date: 19.05.2014.

7. Yakovlev, A. N. Scientific-methodical bases of physical culture, sport in educational space of higher school in the context of new conceptions of sport as a world religion of our time : the monograph [Text] / A. N. Yakovlev. - Smolensk Branch of FGOU VPO "RGUTiS", 2009. – 368 p

УДК: 37. 037-053. 067/37. 011. 3

А.Н. Яковлев, к.п.н., доцент

ИННОВАЦИОННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ СИСТЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ И ТЕЛЕСНОФОРМИРУЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ И РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь,
Yak-33-c1957@mail.ru

Аннотация. *В статье отражены научные аспекты физкультурно-спортивной деятельности, которая оказывает влияние на жизнедеятельность человека и «встроена» в социум, так как обеспечение национальной безопасности (интеллектуальное, нравственно-духовное развитие школьников и студенческой молодежи и экономический прогресс, политическая стабильность и рост международного авторитета Российской Федерации, Республики Беларусь) обусловлены сопряженным воздействием новых областей человековедческих знаний, учебных и научных дисциплин (базис дальнейшего развития интеграционных процессов и создание условий на основе оздоровительных технологий телесно-ориентированной направленности (механизмы приспособления, коррекции, адаптации) задач, принципов, средств, методов, организационных форм физкультурно-спортивной деятельности, применительно к образовательным учреждениям независимо от их ведомственной принадлежности).*

Ключевые слова*: педагогическая система, физкультурно-спортивная деятельность, технологии, образовательное пространство.*

A.N. Yakovlev, Ph.D., Associate Professor

INNOVATIVE EDUCATIONAL SYSTEM AND HEALTH-TELESNOFORMIRUYUSCHIH TECHNOLOGIES OF SPORTS ACTIVITY IN THE EDUCATIONAL SPACE OF THE RUSSIAN FEDERATION AND THE REPUBLIC OF BELARUS

Poleski State University, Pinsk, Belarus, Yak-33-c1957@mail.ru

Annotation. The article reflects the scientific aspects of sports activity that has an impact on the life of man and the "embedded" in society, as national security (intellectual, moral and spiritual development of pupils and students and the economic progress, political stability and the growth of the international prestige of the Russian Federation, the Republic of Belarus) due to the dual impact of new areas chelovekoved-cheskih knowledge, educational and scientific disciplines (the basis for further development of the integration processes and to create conditions on the basis of health technologies of body-oriented focus (mechanisms devices, correction, adaptation) objectives, principles, means, methods, organizational forms of sports activity, with respect to educational institutions, regardless of their departmental affiliation).

Keywords: pedagogical system, sports activity, technology, educational space.

Актуальность. Социально-демографические процессы в Российской Федерации, и Республике Беларусь на современном этапе характеризуются низкой рождаемостью, высокой смертностью от медицинских патологий, в первую очередь, это сердечно-сосудистые, онкологические заболевания, и наркотической зависимости, алкоголизма, что приводит к снижению общего уровня духовности и нравственности [1; 6; 7].

В аспекте формулирования основных положений инновационной педагогической системы здоровьесберегающих и телесноформирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности особая роль отводится индивидуальной адаптации, которая отражает в ходе жизни процесс, который обеспечивает организму устойчивость к определенным воздействиям, в том числе и к интенсивным физическим нагрузкам, позволяя «решать задачи, прежде не разрешимые», это …начальный этап - «срочная», но не совершенная адаптация и последующий этап - совершенная долговременная адаптация. [1, 176 с; 2, с. 9 – 17].

По данным белорусских ученых (Е.А. Масловский, Е.П. Врублевский, В.И. Загревский) рост инвалидности населения связан с усложнением производственных процессов, увеличением транспортных потоков, возникновением военных конфликтов, ухудшением экологической обстановки и другими причинами.

В работах российских ученых отмечается, что основополагающей задачей государственной политики является создание условий для эффективной социокультурной трансформации в интересах Российской Федерации [3. с.50 – 52; 4. 209с; 5, с. 58 – 59].

Исходя, из актуальности и недостаточной разработанности проблемы была, сформулирована цель исследования.

Цель исследования. Разработка инновационной педагогической системы, отражающей технологии формирования ценностного отношения к телу в физическом воспитании социальных институтов в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью.

Объект исследования. Интегративно-социализирующая сущность физической культуры как вида общей культуры и необходимой области человеческой деятельности.

Предмет исследования. Организационно-педагогические условия функционирования физкультурно-спортивной деятельности на основе экспликация интегративного подхода, объединяющего в себе различные дискурсы - духовно-телесный статус человека, формирование телесно-двигательных характеристик.

Степень разработанности проблемы. Опираясь на работы ученых по теории и методике физического воспитания и спортивной тренировки; психолого-педагогического; историко-социологического; медико-биологического направления, биомеханики; сложилась

ситуация, в которой ощущается серьезный недостаток в исследованиях структурно-функционального содержания, оздоровительной направленности [7, 368 с].

Физкультурно-спортивная деятельность – это сфера гармонизации естественно-природного и социально-преобразующего в человеке, как уникальная область целостно-ориентированного разрешения постоянных противоречий двигательной деятельности личности.

Результаты исследований и их обсуждение. Процесс интеграции социальных институтов на постсоветском пространстве, характеризуется материальными и духовными благами, формирование которых создаёт условия для укрепления духовно-телесного статуса в достижении своей высшей цели - производства самого человека, развитие богатства человеческой природы.

Инновационные педагогические процессы здоровьесберегающих и телесноформирующих технологий в современном трансформирующемся обществе функционируют в условиях резкого социального расслоения общества, коммерциализации системы образования, общей и молодежной субкультуры.

Методика комплексного исследования физкультурно-спортивной деятельности в системе данной сферы предполагает: анализ методологии и результатов инноваций в развитии физической культуры, сохранение и преобразование собственной телесной организации (функционально-созидательное; функционально-оздоровительное; функционально-компенсационное; функционально – камуфляжное, декоративное), его статус.

Разработанная педагогическая система должна быть встроена в политическую, информационную, правовую, финансовую, проектную и материально-техническую поддержку организационно-управленческих моделей и новых форм деятельности государственных, муниципальных, учрежденческих систем в пространстве социальных институтов, главным образом, в государственной системе обязательного физического воспитания. В современных условиях хозяйствования значимость самоокупаемости объектов экономики стоит как никогда высоко, которые регулируются правовыми актами страны. Основу белорусского законодательства в спорте составляет измененный и дополненный Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» от 29 ноября. 2003г. № 251-3, который ориентирован на создание условий для развития физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы и участия спортсменов (команд) Республики Беларусь в международных соревнованиях.

Вместе с тем следует остановиться на особенностях современного цивилизационного развития: компьютерная революция сопряжена с наступлением на человеческое тело, белковая форма жизни оказывается под угрозой в связи с массовым внедрением машин и механизмов (перспективы генной инженерии, совершенствование средств, ведущих к искусственному производству, изменяющих личность, трансплантация органов).

Разрушается традиционное представление о биологической природе человека, а бурный натиск техногенного мышления содержит в себе скрытый некрофильский импульс.

Выводы. Ряд проблемных вопросов, связанных с определением ритмов развития «живых» систем и периодов ускорений, стагнаций или замедлений в естественном развитии, детерминированы внутренними, генетическими и филогенетическими факторами, которые остаются малоизученными, где его абсолютные результаты зависят от характера, направленности, содержания и интенсивности тренирующих и обучающих воздействий.

Такой педагогический подход позволяет осуществлять либерализацию учебно-методических комплексов, рабочих программ по физическому воспитанию в системе многоуровневого и непрерывного образования, которые должны быть основаны на социальной значимости личности, различных вариантов биологического развития, вариативных оздоро-

вительно-тренировочных, дифференцированных методиках, высоком практическом результате.

Реализация инновационной педагогической системы, встроенной в но концепцию образования, возможно, реализовать на основе интегрированной разработки социально-психологической законодательной, образовательной, здравоохранительной и правоохранительной внешней среды.

Результатом этой деятельности может стать: укрепление статуса семьи в обществе, коренное изменение отношения родителей к образовательным учреждениям и пониманию содержания их работы на благо личности.

Оказание сервисных услуг оздоровительной направленности не только связано с улучшением материально-технической базы стран, но обеспечивается законодательством и финансовой поддержкой, которая выходит за пределы государственного сектора, так как модернизация системы образования на постсоветском пространстве по внедрению достаточного количества регламентированных уроков физической культуры или уроков здоровья не представляется возможным в обозримом будущем, в силу внешних факторов (кризис, установление нового социетального порядка), при которых затраты на еженедельный объем 6 часов регламентированных учебно-тренировочных занятий за пределами академического расписания образовательных учреждений всех типов должны стать необходимыми для личности и семьи, которые в дальнейшем ей (личности) обеспечат социальный статус и успешную жизнедеятельность.

Библиографический список

1. Агаджанян, Н.А. Адаптация и резервы организма [Текст] / Н.А. Агаджанян. - М.: ФК и С., 2005. - 176 с.

2. Братусь, Б.С. Опыт обоснования гуманитарной психологии [Текст] / Б.С. Братусь // Вопр. Психол, 1990.-№ 6. - С. 9 – 17.

3. Ачкурин, Б.Г. Телесность как проявление человеческого потенциала и как валеологическая ценность [Текст] / Б.Г. Акчурин // Теория и практика физ. культуры.-2005. - №4. - С.50 - 52.

4. Быховская, И.Ю. «Человек телесный» в социокультурном пространстве (очерки социальной и культурной антропологии) [Текст], И.М. Быховская. - М.: Физкультура, образование, наука. - 1997. - 209с.

5. Егоров, А.Г. Спорт и цивилизация [Текст] /А.Г. Егоров // Теория и практика физической культуры, 2004.- № 5.- С. 58 - 59.

6. Кодекс Республики Беларусь об образовании. Вступил в силу 13 янв. 2011 г. электронный ресурс // Бусел – Информационный правовой портал Беларуси. – Минск, 2011. – Режим доступа : www.busel.org – Дата доступа: 19.05.2014.

7. Яковлев, А.Н. Научно-методические основы физической культуры, спорта в образовательном пространстве высшей школы в контексте новых представлений о спорте как мировой религии нашего времени : монография [Текст] / А.Н. Яковлев. - Смоленск Филиал ФГОУ ВПО «РГУТИС», 2009. – 368 с.

УДК 371.14

Э.Н. Абрамов, к.б.н. доцент

СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА ПО СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ

Федеральное государственное бюджетное учреждение "Федеральный центр подготовки спортивного резерва" Минспорта России, Россия, г. Москва, abram-sport@mail.ru

Аннотация: В последние годы в Российской Федерации реализуется последовательная политика по созданию системы методического сопровождения физкультурно-спортивных организаций. Эта работа обеспечена соответствующими нормативными правовыми актами и докумен-

тами организационно-распорядительного характера. В субъектах Российской Федерации проводится работа по созданию отраслевой методической инфраструктуры. Однако гарантировать успешность работы по созданию единого методического пространства в отрасли было бы легкомысленно без четкого понимания содержания методической деятельности работников физической культуры и спорта, прежде всего имея в виду тренеров. Материал представляет авторское видение содержания методической деятельности тренера, осуществляющего проведение со спортсменами тренировочных мероприятий, а также осуществляющего руководство их состязательной деятельностью.

Ключевые слова: методическая деятельность, тренер по спортивной подготовке, региональная методическая инфраструктура в сфере физической культуры и спорта

E. N. Abramov, c.b.n. associate Professor

THE CONTENTS OF THE TRAINING ACTIVITIES TRAINER SPORTS TRAINING

Federal state budgetary institution "Federal centre of preparation of sports reserve" of the Ministry of sports of Russia, Russia, Moscow, abram-sport@mail.ru

Abstract: In recent years, the Russian Federation is implementing a consistent policy on the establishment of a system of methodological support of physical training and sports organizations. This work provided the relevant regulatory legal acts and documents of organizational-administrative character. The subjects of the Russian Federation is working to create industry-specific instructional infrastructure. However, to ensure the success of creating a unified methodological space industry would lightly without a clear understanding of the content of the methodological work of workers of physical culture and sports, primarily referring to the coaches. The article presents the author's vision of the content of the methodological work of the coach carrying out with athletes of training activities, and directing their competitive activities.

Key words: methodical activity, coach, sports training, regional methodological infrastructure in the sphere of physical culture and sports

Одной из приоритетных задач Министерства спорта Российской Федерации в сфере подготовки спортивного резерва является создание отраслевой методической службы, и в целом совершенствование методической деятельности.

Приказом Минспорта России от 12 марта 2015 года № 215 «Об организации методической работы по подготовке спортивного резерва в Российской Федерации» в качестве головной организации, обеспечивающей методическую деятельность в системе подготовки спортивного резерва, определено Федеральное государственное бюджетное учреждение "Федеральный центр подготовки спортивного резерва", в структуре которого создано организационно-методическое управление.

В соответствии с приказом Минспорта России от 30 октября 2015 года № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации» методическое обеспечение физкультурно-спортивных организаций на региональном уровне осуществляют региональные центры спортивной подготовки.

В настоящее время в субъектах Российской Федерации реализуются меры по созданию региональной методической инфраструктуры в рамках единого регионального методического пространства.

Целью региональной методической инфраструктуры является создание условий для осуществления методической деятельности в сфере физической культуры и спорта, и в ее эпицентре находится тренер, тренер-преподаватель.

Однако, если тренеры-преподаватели, как педагогические работники, встроены в систему методической деятельности в сфере образования, то для тренеров, осуществляющих проведение со спортсменами тренировочных мероприятий, а также осуществляющих руко-

водство их состязательной деятельностью, равно как и для иных работников сферы физической культуры и спорта, потребуется создание отраслевой инфраструктуры, основывающейся на ведомственной интерпретации методической деятельности.

Осуществление тренером методической деятельности регламентируется профессиональным стандартом "Тренер", утвержденным приказом Минтруда России от 7 апреля 2014 года № 193н.

По существу к методической деятельности тренера на наш взгляд можно отнести различные виды деятельности, мотивирующие, инициирующие или содействующие профессиональному росту и развитию.

Полагаем, что в содержание методической деятельности тренера, осуществляющего проведение со спортсменами тренировочных мероприятий, а также осуществляющего руководство их состязательной деятельностью в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, может входить:

– участие в деятельности методических (тренерских) формирований (объединений), творческих коллективов; участие в инновационных, социальных проектах, реализуемых в том числе под патронажем спортивных федераций;

– подготовка и оформление авторских идей, инициатив, оригинальных творческих решений, рационализаторских предложений, модернизация существующих средств спортивной подготовки;

– обобщение и распространение собственного опыта; проведение открытых занятий, мастер-классов, руководство авторской школой, творческой лабораторией, стажировочной площадкой и т.п.; участие в площадках по обмену опытом, участие в проведении курсов повышения квалификации с презентацией опыта работы подготовка публикаций,; представление опыта работы в рамках конкурсов профессионального мастерства;

– самообразование, изучение эффективного опыта коллег, соперников и т.п.;

– освоение дополнительных профессиональных программ повышения квалификации и профессиональной переподготовки, освоение программ высшего образования более высокого по отношению к имеющемуся уровня (магистратуры, аспирантуры); прохождение стажировок, участие в методических мероприятиях (семинарах, "круглых столах", конференциях...);

– экспертно-аналитическая деятельность: участие на правах эксперта в конкурсных комиссиях, профессиональных жюри, в контрольно-надзорных мероприятиях; работа в составе аттестационной, аккредитационной иных комиссии; подготовка (участие в подготовке) информационных и аналитических материалов;

– работа в составе общественного совета, наставничество; выполнение функции общественного методиста;

– участие в разработке нормативных правовых актов, локальных актов, программ развития видов спорта, программ развития организаций, осуществляющих спортивную подготовку, программ спортивной подготовки, положений о спортивных соревнованиях и др.

Понимание содержания методической деятельности тренера по спортивной подготовке , отнесенного к квалификационному справочнику работников отрасли физической культуры и спорта, утвержденному приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 15 августа 2011 года № 916н, важно с позиции формирования системы управления методической деятельностью в отрасли физической культуры и спорта на всех ее уровнях.

Список литературы.

1. Абрамов Э.Н., Антонов Д.П. Организация методической работы в системе подготовки спортивного резерва на региональном уровне (опыт Курганской области) //Вестник спортивной науки: научный и теоретический журнал. - 2015, № 6. - С. 26-31.

2. Федеральный закон от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
3. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 15 августа 2011 года № 916н "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта".
4. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 7 апреля 2014 года № 193н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».
6. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12 марта 2015 года № 215 «Об организации методической работы по подготовке спортивного резерва в Российской Федерации».
7. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30 октября 2015 года № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации».

УДК 796.42

Степанова М.В.; Колесников Н.В., к.п.н., профессор

НОВЫЕ КОМПЛЕКСЫ ГТО И ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ К СДАЧЕ НОРМАТИВОВ

Санкт-Петербургский Государственный экономический университет, Санкт-Петербург, Россия, stepashki50@mail.ru

Аннотация: *Новый комплекс ГТО, половину обязательных нормативов которого составляет бег на короткую и длинную дистанции, требует подготовки, которая решает и общеоздоровительные задачи физической культуры в вузе. Работоспособность будущих менеджеров и экономистов в связи со спецификой «мобильной» либо «сидячей» деятельности обеспечивается поддержанием уровня скоростных качеств и выносливости, развитых на занятиях по этой учебной дисциплине. Они ограничены условиями проведения (спортивный зал). Экспериментально отобран комплекс из специальных упражнений, развивающих физические качества сопряжённо с техникой всех элементов бегового шага. Определён прирост результатов в беге за счёт применения «небеговых» средств, даны прогностические оценки возможностей сдачи беговых нормативов по контрольным отрезкам в процессе занятий.*

Ключевые слова*: нормативы ГТО в беге, подготовленность студентов, специальные упражнения, результаты в беге на скорость и выносливость*

M. Stepanova
N. Kolesnikov PhD in Pedagogic, Professor

NEW TRP COMPLEXES AND PREPARATION OF STUDENTS FOR DELIVERY STANDARDS

Saint-Petersburg State University of Economics, Saint-Petersburg, Russia, stepashki50@mail.ru

Abstract: a New GTO half of the required ratios which is running short and long distances, requires preparation, which solves the health problem of physical culture in the University. The capacity of future managers and economists in connection with the specifics of "mobile" or "sedentary" activities is provided by maintaining the level of speed qualities and endurance developed in the classroom for this discipline. They are restricted to conditions (gym). Experimentally selected complex of special exercises that develop the physical qualities connected with technology of all elements of the running stride. Determined the increase of the running due to the use of "nebahovy" means the prognostic of delivery cross-country regulations for the control intervals in the course of employment.

Keywords: GTO running, preparedness of students, special exercises, running speed and endurance

После предложения Президента России В.В.Путина возродить комплекс ГТО в 2014/15гг прошла «пилотная» апробация новых нормативов, а с 2016г начался их массовый приём, в основном среди учащейся молодёжи.

Преподавателям вузов необходимо сопоставить возможности нынешних школьников – студентов в развитии различных физических качеств и владении техникой упражнений комплекса ГТО для подготовки к сдаче нормативов.

Контингент студентов, которые приходят на занятия по физической культуре в СПбГЭУ, очень разнороден по уровню подготовленности. Специфика будущей профессиональной деятельности их различна: если успешность студентов по специальности менеджмент во многом зависит от мобильности, реактивности принятия решений, подвижности – то есть обусловлена уровнем работоспособности, выносливости, быстроты, – то профессионально-прикладная физическая подготовка экономистов и других специальностей должна быть ориентирована на борьбу с гиподинамией, на привитие навыков, знаний и умений корректировать в дальнейшем свой двигательный режим и физическое состояние в связи с «сидячим» образом жизни.

В обоих случаях адекватным и полезным направлением физической культуры будет ориентир на развитие систем организма, проявляющееся в показателях работоспособности, а они измеряются в первую очередь результатами бега на различные дистанции (отражая скоростные качества и выносливость).

Кроме того, актуальным сегодня становится и требование подготовки к сдаче новых видов и норм комплекса ГТО, одну половину обязательных видов которого составляет бег – на 100 метров и на 2 (3) километра, а другую нормативы на развитие гибкости и силовой подготовки студентов.

Анализ новых нормативов в сравнении с прежними, а также с предыдущей возрастной (школьной) ступенью проведён нами в статьях [1, №9-10 с.7, 8; №11-12 с. 6].

Реальная картина отношения студентов к этим спортивным дисциплинам такова. Во-первых, слабое (по сравнению с предыдущими поколениями) владение техникой бега и низкий уровень развития у них скоростных качеств и общей выносливости [2, с.196]. Больше половины студенток даже их числа допущенных к занятиям основной группы (а до 30% приносят справки-направления в подготовительную и специальную медицинскую группы), не могут пробежать 500 м лучше 2 минут, а каждая четвёртая-пятая – даже 3 минут. Юноши же после школьной подготовки по физической культуре несколько более подготовлены, но и из них только меньше половины могут пробежать 1000 метров за 3 мин 30 сек, и только каждый четвёртый за 3 мин - 3 мин 15 сек, а остальные показывают результаты 3 мин 50 сек и хуже.

К тому же опросы и наблюдения показывают, что большинство студентов, особенно женского пола, не имеют желания преодолевать на занятиях определённые трудности беговых нагрузок, проявлять терпение при наступлении утомления, особенно избегая ситуаций, в которых они обнаруживают себя в образе уставшей, неловкой, отстающей, демонстрирующей свои внешние недостатки, испытывая при этом эмоциональный дискомфорт.

Но ведь без освоения беговых навыков и умения «терпеть» тренировки в беге не приведут к подъёму результатов. Наконец, ещё один объективный фактор – наши условия занятий: спортивная база вуза не включает в себя ни стадиона, ни манежа, ни даже парка. Занятия проводятся в большом зале межвузовского комплекса.

Всё это привело нас к такому выбору средств и методов развития требуемых качеств, при котором их содержание сводится не к чисто беговой нагрузке, а к специальным упражнениям, сопряжённо решающим задачи повышения быстроты, выносливости (в том числе силовой) и улучшения техники, что даже без тренировок собственно в беге повышает ре-

зультаты в нём [3, с.291]. Форму и содержание этих занятий составляют комплексы круговых тренировок с циклами повторения таких упражнений.

По эффекту их применения они вполне заменяют километраж бега трусцой – традиционно ведущий элемент занятий на выносливость, нередко приводящий к «забитости» мышц (особенно икроножных и камбаловидных) и к отсутствию переноса на результат в быстром беге на время. Контроль прироста скоростных возможностей и выносливости реально осуществляется в зале на таких отрезках, как 30 метров и 500 метров по кругу (5 кругов по залу).

В процессе занятий на первых курсах мы сравнили эффект влияния на результат в беге различных групп упражнений. Сопоставляли воздействие классических (традиционных) беговых и прыжковых упражнений – то есть таких, в циклической структуре которых акцентируется тот или иной элемент движений последовательных беговых шагов. Это «высокое колено», «захлёст голени», «бег прыжками», «бег на прямых ногах», «колесо», «семенящий бег» и т.п. Кроме того, применяли локально-избирательные упражнения – повторение какого-либо изолированного движения в суставе (стоя на месте: доставание плеча коленом либо ягодицы пяткой, выхлест голени в исходном положении бедро поднято до горизонтали и т.п.). Определили, однако, что наиболее эффективны предложенные и названные нами «полубеговыми упражнениями на одной ноге» («бедро», «пятка», «чикен», «колесо»), так как именно в них акцентируется и стимулируется максимальная частота циклических возвратных движений (сгибания-разгибания и обратно) каждой ноги и каждого её звена.

В циклическом же «двухшаговом» варианте перемещения с одной ноги на другую максимально быстрый переход от одного направления движения на обратное часто тормозится «ожиданием» окончания антагонистической фазы другой ногой (то есть быстрая маховая нога «ждёт» окончания более медленного отталкивания другой, или наоборот).

Кроме того, «полубеговые упражнения на одну ногу» тонизируют более активные и непрерывные усилия мышц-подошвенных сгибателей и свода стопы (в отличие от упражнений с поочерёдной опорой на каждую ногу). Комплекс из 10 отобранных нами упражнений охватывает все фазы и элементы движений ноги в полном цикле (два шага) бега и включает оригинальные разработки (упр. 1-5), применявшиеся ранее в тренировочном процессе одним из соавторов статьи под руководством тренеров и специалистов по технике и тренировке в беге на дистанции «спринта на выносливость» [4, с.98].

Комплекс упражнений локального и сопряжённого воздействия:

1.«Высокое колено на одной ноге». И.П. – ноги вместе. Подскоки на двух ногах, затем подъём бедра согнутой ноги коленом к грудине (именно к центральной оси туловища), и опускание её вниз до легкого касания опоры передней частью стопы, продолжая подскоки на другой ноге, повторять многократно, руки работают как при беге.

2.«Захлёст голени на одной ноге». И.П. – ноги вместе. Подскоки на двух ногах, затем продолжая подскоки на одной ноге, сгибанием другой ноги в коленном суставе достать пяткой ягодицу и обратно опустив ногу вниз, коснуться передней частью стопы опоры, повторять многократно, продолжая подскоки на другой ноге, руки работают как при беге.

3. «Чикен («цыплёнок табака») на одной ноге». И.П. – ноги вместе. Подскоки на двух ногах, затем достать коленом согнутой и отведённой наружу ноги до одноимённого плеча (по возможности – чуть сзади плеча) и обратно – опустив ногу вниз, коснуться передней частью стопы опоры, повторять многократно, продолжая подскоки на другой ноге, руки опущены перед собой.

4.«Колесо на одной ноге». И.П. – ноги вместе. Подскоки на двух ногах, затем подтягивая согнутую в колене ногу бедром к груди, выпрямить ногу голенью вперёд (маховая нога), взяв стопу на себя, далее опустить выпрямленную ногу, коснувшись передней частью стопы опоры, повторять многократно, продолжая подскоки на другой ноге, руки работают

как при беге через барьеры - вперёд вытянута рука, противоположная маховой («атакующей») ноге.

5.«Барьеры по кругу». Расставленные по малому диаметру (5-5,5 метров) круга 8 барьеров на расстоянии от 2 до 2,5 метров (с учётом роста занимающихся) и по направлению против часовой стрелки, преодолевают с подскоком на толчковой ноге и переносом маховой ноги (то есть ноги, ближней к внутреннему краю круга – левой) через барьер и постановкой её на опору, с последующим подскоком на ней и активным выносом отведённой в сторону толчковой ноги вперёд, после постановки которой на опору – опять подскок на толчковой ноге и продолжение движения маховой ногой. Руки помогают преодолению барьеров, вперёд идёт рука противоположная маховой ноге, затем она, сгибаясь в локтевом суставе и горизонтальной плоскости, подтягивается к туловищу, противоположная рука согнута в локтевом суставе и работает как при беге.

Для повторения этого упражнения на другую «атакующую» ногу (правую) барьеры необходимо развернуть в противоположную сторону – по часовой стрелке (если имеются мягкие барьеры, круги выполняются без их перестановки в ту и другую сторону).

6.«Выходы тазом». И.П. – ноги на ширине плеч в приседе у гимнастической стенки, руки закреплены хватом на 5-7 рейке снизу, стопы на расстоянии 0,5-0,8м от стенки. Прогибы вперёд-вверх с возвращением в исходное положение. Упражнение укрепляет заднюю поверхность бедра (ЗПБ – это наиболее специфические из быстрых мышц спринтера).

7.«Выходы тазом с махом» И.П. – ноги на ширине плеч в приседе у гимнастической стенки руки закреплены хватом на 5-7 рейке снизу, стопы находятся на расстояниях и 0,5 и 0,8м от стенки, одна нога чуть согнутая в коленном суставе вытянута вперёд. Махом вверх вытянутой ноги в сочетании с разгибанием другой ноги прогибы вперёд-вверх с возвращением в исходное положение.

Упражнения 1–5 можно выполнять в трёх режимах – развития быстроты (частоты движений), выносливости и даже силы и силовой выносливости (добавляя локальные отягощения на голень, стопу или бедро), а поскольку они отвечают принципам биомеханического соответствия технике бега, – то универсальны для разных сторон физической и технической подготовки.

Упражнения 8-10 представляют собой варианты прыжковых перемещений с чередованиями отталкиваний с той и другой ноги, но не с ноги на ногу.

В исходном тестировании (перед применением этого комплекса) участвовало 68 девушек и 19 юношей. Средние результаты – соответственно 19,8 и 16,0с. Эквивалент такому бегу на 1 круг по залу (100м) – результат по прямой беговой дорожке на стадионе на 2 секунды лучше, причём, чем выше скорость, тем труднее справляться с ней на поворотах, поэтому прибавка 2с универсальна для большинства. К тому же в зале студенты бежали по одному (либо попарно, но стартуя одновременно с разных сторон середины зала) и с высокого старта (скоординировать начало бега с входом в крутой поворот и правильные движения с низкого старта не удавалось). Нормативы же на стадионе им предстояло сдавать в забегах с партнёрами – рекомендации ГТО для бега таковы: старт по 2-4 человека на 100 метров и не более 20 на 2 или 3 километра.

Этому предшествовало специальное обучение технике низкого старта из колодок и стартовому разгону по методике, разработанной Н.В.Колесниковым [5, с.13-15] при исследовании бега спринтеров высшего класса, а затем и апробированной и дополненной им [6, с.50-56] в работе со студентами разного квалификационного уровня и специализации (от вуза физической культуры до вуза «неспортивного» профиля).

Из 87 студентов сразу смогли выполнить нормы ГТО на 100м 6 юношей из 19 (2 на серебряный + 4 на бронзовый значок) и 7 девушек из 68 (3 серебряный +4 бронзовый) – итого 13 из 87. В процентах это 14,9% из всех. С учётом поправки (на зал) потенциально вы-

полнение норм было по силам сорока пяти студентам из 87 (16 юношам и 29 девушкам), то есть 51,7 процентам. Из 19 юношей, участвовавших в исходном тесте, 6 прошли и итоговые тестирования, из 68 девушек мы дважды протестировали 38 – то есть всего 44 из 87 (50,6%) - чуть больше половины.

После 2,5 месяцев (в течение которых студенты провели по 6-7 либо 10-12 занятий в зависимости от расписания) при втором тестировании нормы на 100м выполнили 3 из 6 студентов юношей (1 серебряный + 2 бронзовых), а норму с поправкой – пятеро из них. Улучшение результатов у 5 юношей составляло от 0,1 до 1,7с (в среднем 0,48с), один студент свой исходный результат повторил.

Диапазон исходных результатов у прошедших 2 тестирования 14,9-19,3с (средний 16,2±1,3с) достоверно не отличался от тех, кто не участвовал во втором тесте (средний 15,9±1,4с).

Среди 38 девушек, прошедших 2 тестирования, улучшили результаты 33 (на 0,1-2,7с, в среднем на 0,82 секунды) повторили 2 и ухудшили 3 (на 0,1-0,5 с, в среднем на 0,27с). Нормы ГТО стали посильны пяти, а «поправочные» - 24 из 38 девушек (до использования упражнений таковых было 3 и 16 из тех же 38), при этом изменилось «качество» освоенных нормативов – увеличилось на 5-6 человек число претендентов на золотой и серебряный значок.

Диапазон исходных результатов у них 16,9-22,5 с (средний 19,8 совпадает со средним исходным у не проходивших второй тест). Тенденций связи улучшения результатов, ухудшения или повторения их от исходного уровня не выявлено. Итоговый сдвиг результатов у всех 44 участников двукратного тестирования – средний прогресс на 100м по кругу за счёт применения комплекса специальных упражнений 0,66 секунды – это 3-4% результата. С учётом поправок на условия тестирования нормативы стали доступны двадцати девяти студентам из сорока четырёх (или 66%), тестировавшихся до и после выполнения комплекса упражнений.

Через 1 и 2 месяца были проведены ещё два тестирования, в которых определено наличие (по одним показателям) и отсутствие (по другим) отставленного эффекта тренировочной работы – реализации проделанных упражнений в результаты бега спустя некоторое время после завершения их применения.

Заметим, что при подготовке и прогнозировании результатов студентов как на короткой (100м), так и на длинной (2 или 3 км) дистанциях комплекса ГТО, наиболее адекватной и универсальной является дистанция 500 метров, поскольку она наиболее тесно отражает причинно-следственные связи с проявлением и скорости, и выносливости для этих двух противоположных беговых дисциплин.

Предварительно, кроме того, мы определили возможность прогноза результатов на 2 и 3 км по тестированию в беге на 1 км. Для студенток результат на 1 км следует умножить на 2 и прибавить 45сек, а для студентов ожидаемое время 3 км равно результату на 1км, умноженному на 3 плюс 1 мин 20 секунд.

Что касается других легкоатлетических нормативов, то следует обратить внимание на условия приземления в прыжке с места: он должен проводиться только в секторе для прыжков – также как и прыжок с разбега, – то есть в песок, а не в коем случае не на жёсткую поверхность пола или беговой дорожки (см. приложение к положению о ГТО). В зале обязательно использование матов, приземление на пол приводит к травматизму (ушибам пяток, повреждениям связок и коленного сустава) даже у подготовленных студентов (ведь чем дальше прыжок, тем больше ударные скорости приземления).

Для развития гибкости студентам были предложены необходимые упражнения, которые были включены в обязательную разминку, а также специальный комплекс «на пассивную гибкость», выполняемый в парах. В первом полугодии он применялся на каждом

занятии (то есть от 15 до 20 посещений каждым студентом). Результаты в наклоне туловища вперёд при проведении измерений сидя на полу (стопы на расстоянии 10 см) улучшились на 5-8см. Кроме этого теста на гибкость (для подготовки к аналогичному упражнению комплекса ГТО, но в положении стоя), применялись и контролировались упражнения на развитие подвижности в тазобедренном суставе (амплитуда сгибательно-разгибательных движений в котором существенно определяет возможности овладения эффективной техникой беговых шагов).

Литература

1.Степанова, М.И. Лёгкая атлетика в возрождённом ГТО: развитие и преемственность / М.И.Степанова, М.В.Степанова // Лёгкая атлетика. – 2014. - № 9-10. - С.6-8, № 11-12. С.5-7.

2.Степанова, М.В. О подготовке студентов к сдаче нормативов по бегу на скорость и выносливость / М.В.Степанова, М.И.Степанова // Научные труды Сев. - Зап. Института управления РАНХиГС (том 6, вып. 5 (22)). – СПб., 2015. – С.195-202.

3.Степанова, М.И. Беговая подготовка студентов на занятиях по физической культуре / М.И.Степанова, М.В.Степанова // Научные труды Сев. - Зап. Института управления РАНХиГС (том 5, вып. 2 (14)). – СПб., 2014. – С.288-292.

4.Степанова, М.И. Барьерный бег на 400 метров: на дистанции женщины / М.И.Степанова, В.В.Степанов. – М.: Олимпия Пресс, Терра Спорт, 2002. – 176с.

5.Колесников Н.В. Методика овладения ритмо-темповой структурой стартового разгона и бега по дистанции 100м (на этапе высшего спортивного мастерства): Автореф. дисс. канд. пед. наук / Н.В.Колесников. – Л., 1986. – 21с.

6.Колесников Н.В. Организационно-методическое содержание обучения легкоатлетическому спринту: Учебное пособие / Н.В.Колесников. СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта. – СПб, 2000. – 86с.

УДК 123.456

В. И. Григорьев, д.п.н., профессор

АДАПТИВНАЯ АЛГОРИТМИЗАЦИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКОЙ СТУДЕНТОВ К СДАЧЕ НОРМ ГТО

Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
г. Санкт-Петербург, Россия, gr-finec2010@yandex.ru

Аннотация. *В статье рассматриваются специфические проблемы повышения эффективности физической подготовки студентов к сдаче норм ГТО на основе алгоритмизации адаптивного управления. Приведены факторы, оказывающие влияние на реализацию целей и задач физического воспитания студенческой молодежи. Рассмотрена проблема повышения аттрактивного потенциала комплекса ГТО в студенческой среде.*

Ключевые слова: *алгоритм адаптивного управления, диссипативная самоорганизации, регулятивные функции, имплементация, ребрендинг, стохастичность процессов.*

V.I. Grigoriev, doctor of pedagogical sciences, professor

ADAPTIVE ALGORITHMIZATION OF MANAGEMENT OF THE STUDETS'PREPARATION FOR GTO STANDARDS PASSING

Saint-Petersburg State University of Economics
Russia, St. Petersburg, gr-finec2010@yandex.ru

Annotation. *The article analyzes the specific issues involving the increase of efficiency of the students' physical training for passing the GTO standards based on the adaptive management algorithmization. It presents the factors affecting the goals and objectives implementation in the sphere of the students youth physical preparation. The problem connected with increasing the attractiveness of the GTO complex among the students has been analyzed.*

Keywords: adaptive menagement algorithm, dissipative self-organization, regulatory functions, implementation, re-branding, stochasticity of processes.

Государственная инициатива по ребрендингу комплекса ГТО (далее по тексту, комплекса) стала приобретать реальные очертания после известного указа Президента РФ В.В. Путина №172 от 24.03.2014 [1, с. 3]. Обращение к интегративным возможностям комплекса продвигает нас к решению актуальной задачи достижения непрерывности и преемственности физического воспитания выпускников школы и студентов. Однако несмотря на развернувшийся в печати оптимистический дискурс, достичь имплементации задач по повышению эффективности управления физической подготовкой студентов за счёт социальных преференций комплекса пока не удаётся.

Несмотря на многочисленные публикации по данной проблематике, на сегодняшний день в экспертной среде и обществе нет единства в оценке ГТО как системообразующего инструмента построения учебного процесса и укрепления здоровья студенческой молодежи. Главный вопрос состоит в научном обосновании управленческой модели, позволяющей эффективно реализовать организационные возможности комплекса.

Результаты мета-анализа публикаций по выделенной проблеме указывают на перспективность использования методов адаптивного управления при решении этих задач с учётом достижений и неудач советского опыта. Наблюдаемая тенденция к экспоненциальному росту аттрактивного потенциала ГТО в системе высшего образования обсуждается в контексте перманентности, структурности и масштабной инвариантности развития физической культуры. Доказательность аргументов пропонентов комплекса ограничивается прогнозом путей по формированию человеческого капитала – главной движущей силы развития России. Операционные функции проекта специалисты связывает с появлением возможностей интеллектуализации физической культуры, с перспективами кластеризации развивающих технологий и генерации инновационных паттернов активности [2, с. 40].

Априорные логические предпосылки позволяют выдвинуть гипотезу, что внедрение в учебный процесс методов адаптивного управления, целеориентированных на номы ГТО, станет стимулом роста эффективности физической подготовки, позволит избежать повторных ошибок и эндемических потерь. Функциональная структура предлагаемой модели опирается на базовые принципы адаптации организма к физической нагрузке, сформулированные в классических работах W. Cannon. С точки зрения менеджмента суть интерпретации адаптивного управления выражена процессами диссипативной самоорганизации нелинейной системы, реализуемыми на транзакционном уровне [3, с. 399].

Организационная структура модели функциональна, меняет сложившиеся на кафедрах стереотипы занятий и максимально аффилирована к требованиям комплекса ГТО. Её логические предикаты – ресурсы кафедры физической культуры, имеющие количественное выражение, сроки подготовки к сдаче норм комплекса и обеспечивающие системность, непрерывность и качество учебного процесса. На передний план выходят логические предикаты контроллинга, многосвязного регулирования, диагностики и идентификации параметров физической подготовленности студентов. Опорный базис модели характеризуют функционально связанные композитные составляющие: MD) программа мониторинга и комплекс диагностических средств, сконцентрированных на оценку текущих, отставленных и кумулятивных эффектов тренировки; PO) программное обеспечение обработки результатов мониторинга; FR) модель физического развития и состояния студентов; TK) система адресно направленных кросс-тренингов (развивающих треков) и тренировочных кейсов (для подготовительного и основного учебных отделений). Интегральным показателем эффективности модели является успешность выполнения норм ГТО. Соответственно, в развитии модели преобладает технологическая составляющая, структуру которой составляют диагностический, координационный, информационный и корректирующий компоненты [4, с. 86]. Ха-

рактерная для вузов узость физической подготовки восполняется диверсификацией спектра сервильных программ подготовки, кросс-тренингов, технологической ясностью обучения.

Описанная модель адаптивной алгоритмизации подготовки даёт однозначное понимание логических связей целей обучения с его содержанием, использованием кейс-технологий, а также неоднозначности оценки детерминаций проблемного, развивающего и проектного обучения. Предусматривает параметрическую настройку рабочих программ (далее по тексту, РП) базовой части блока 1 (72 час.) и элективных курсов дисциплины (328 час.), модулей (технологических карт и развивающих треков) для студентов I-III курсов обучения. Её проектные возможности просматриваются и с позиции формальной логики, поскольку РП разрабатываются с учётом стохастичности процессов обретения компетенций, нелинейного изменения функционального состояния в эволюционных стадиях авторегуляторного формообразования. С точки зрения целевой функции учебный процесс выстраивается в рамках операционной системы, позволяющей применить признак нелинейности при проведении кросс-тренингов. В ходе реализации подхода последовательно ставятся и решаются задачи, ориентированные на достижение нормативов ГТО. Управленческий алгоритм сфокусирован, таким образом, на удержании физической подготовленности студентов в заданном комплексом ГТО диапазоне активности. Совокупность решаемых задач является перспективной конфигурацией развития, обладающей синергией, а нормы ГТО соответствуют стратегическим ориентирам физического развития студентов.

Формирование фактора информатизации подготовки обусловлено применением облачных сервисов в мониторинге подготовленности студентов, планировании и программировании учебных занятий. Тем самым создаётся новая иерархическая структура управления подготовкой, совершенствуется система проводимых массовых спортивных мероприятий. Следовательно, справедливо полагать, что релевантной такому выбору становится необходимость изменения потребительских паттернов, вовлечения студентов в систему двигательных, когнитивных и оценочных действий.

Цель адаптивного управления – оптимизация сочетания физических нагрузок разной мощности на кросс-тренингах. Она направлена на максимальные темпы роста физических качеств студентов, обладающих разным уровнем подготовленности и здоровья. Соответственно, цель адаптации одновременно является и целью управления объектом. Каждая цель дезагрегирована по группам задач, определяющим тренирующую направленность занятий. Речь идет о повышении качества физической подготовки студентов за счет диверсификации видов и организационных форм физической активности студентов, обеспечивающей прогрессивные изменения физиологических и биоэнергетических систем организма.

Объект управления – баланс развивающих треков, нацеленных на достижение требуемых комплексом ГТО физических кондиций. Цели физической подготовки отражают логическую детерминированность входных (контролируемых) переменных и конструктивных (модельных) параметров. Редуцированный по целям адаптивный алгоритм сфокусирован на индикаторы физического развития, подготовленности и компетенций. По мере обретения студентами более высоких кондиций, преподаватель вносит коррективы в содержание кросс-тренингов [5, с. 247]. Логически очевидно, что креатурой роста управляемости является развивающая среда, направленная на креативную коррекцию кросс-тренингов, оптимизацию организационного контекста. Развивая объектную связь, ставится вопрос о необходимости формирования условий для личностной самореализации студентов в их экзистенциальной и онтологической целостности.

Для оценки эффективности модели в течение года проведена серия динамических наблюдений. Наблюдались две группы студентов основной медицинской группы: опытная ОГ (n = 96 чел.), где использовались методы адаптивного управления, и контрольная КГ (n = 98 чел.). Общий объём занятий в подгруппах составил 144 час. (по 72 час. в семестре). Заня-

тия проводились 2 раза в неделю по 90 мин. Условия и количество занятий кросс-тренингом, сочетающим легкоатлетические виды, плавание и игры, в группах не имели существенных различий.

Верификация эффективности управленческой модели определялась по динамике параметров физического развития. Настройка параметров регулятора осуществлялась из условия минимума критериальной функции, ориентированной на рост энергетических ресурсов и адаптационных резервов, с учётом половой детерминации. Фиксируемые значения группировались в информационной и управляющей части, что позволяло вносить коррективы в РП. Кросс-тренинги сфокусированы на повышение энергетических ресурсов и адаптационных резервов, повышающих физическую работоспособность. Настройка параметров регулятора осуществлялась из условия минимума критериальной функции, выбираемой таким образом, чтобы её минимуму соответствовало требуемое состояние объекта управления с учётом генетического и фенотипического полиморфизма и половой детерминации.

В исходном тестировании подготовленности испытуемых обеих групп не выявлено существенных различий. В качестве дескрипторов оценки эмерджентных и синергетических эффектов тренировки выбраны: параметры массы тела, обхватные параметры тела, жировая (ЖМ) и мышечная (ММ) масса, ЖЕЛ. По динамике зрительно-моторных реакций ВОД, РДО, Т-τ_{max}, ЧСС и САН определялись скользящие эффекты срочной адаптации организма к нагрузке. Кумулятивные эффекты оценивались по кардиальным функциям МОК, СОК, длительности сердечного цикла R-R и напряжению миокарда ИНМ. Полученные данные сопоставлялись с результатами двигательных тестов в беге на дистанциях 100 м, 500 м и 1000 м, в плавании, в прыжках в длину с места и в подтягивании из виса на перекладине. Соответственно, фиксируемые значения группировались в информационной и управляющей части (оптимального регулятора), что позволяло вносить коррективы в программу кросс-тренингов. Статистическая обработка результатов исследования проводилась с использованием программ Microsoft Access, Excel, BIOSTAT.

Доказательством выдвинутого положения об эффективности адаптивной модели управления является диверсификация координационных навыков, развитие разных групп мышц, снижение корпулентности испытуемых и функциональные изменения. На заключительном тестировании у студентов ОГ выявлены пиковые тренды фиксируемых параметров: 89% испытуемых ОГ демонстрировали результаты в границах оптимальных устойчивых трендов. У испытуемых ОГ выявлено увеличение аэробной выносливости: в кроссе 1000 м результаты юношей улучшились на 8,9%, у девушек на дистанции 500 м на 7,1%; в плавании на 100 м результаты возросли на 6,1%. Возрастание аэробной выносливости обеспечено более высокими показателями максимальной ЧССmax и лёгочной вентиляции, рекурсией фазовой структуры систолической части кардиоцикла в сторону усиления симпаторегуляции сердечной деятельности, увеличением длительности сердечного цикла (R-R) на 0,1 с, фазы изометрического сокращения (IC) на 0,008 с и ИНМ на 3,6%.

Причинами превосходства студентов ОГ в беге на 100 м у девушек на 11,3% и у юношей на 13,5% ($R=0,701$ $p<0,05$) является увеличение скоростно-силовых качеств и улучшением зрительно-моторных реакций. В подтягивании из виса на перекладине результаты юношей ОГ возросли на 32%; в прыжках в длину с места у юношей результаты возросли на 12,5%; у девушек в поднимании туловища из положения лёжа на спине, руки за головой результаты возросли на 14,1% ($R=0,644$ $p<0,05$), что объясняется прогрессивными изменениями морфологических и нервно-мышечных факторов: увеличением ММ тела и энергетических ресурсов, увеличением обхватных параметров окружности плеча (у юношей на 6,8%, у девушек – на 5,3%), груди: у юношей – на 9,1%, у девушек – на 8,7%; голени: у юношей – на 7,4%, у девушек – 6,9% ($R=0,622$ $p\leq0,05$). Выявлено более выраженное увеличение гибкости: в наклоне вперёд из положения стоя на гимнастической скамье результаты

девушек ОГ превысили показатели испытуемых КГ в два раза. В контрольной группе (КГ) тенденционно проявляется отставание по фиксируемым параметрам физического развития и подготовленности. Несмотря на выполнение РП в полном объёме, только 32% студентов КГ демонстрировали положительные тренды в беге на 100 м, в плавании на 100 м и в прыжках в длину с места. Остальные показатели относятся к разряду граничных условий подготовки.

Удержание качественных параметров подготовки на экстремуме обеспечило выполнение нормативов ГТО VI ступени более 62% юношей и 54% девушек ОГ. Из этого числа 11% юношей и 6% девушек показали результаты в границах «Золотого знака», 47% юношей и 26% девушек «Серебряного знака» и 42% юношей и 68% девушек «Бронзового знака». Следовательно, справедливо утверждать, что технологическая доминация адаптивной модели управления является репрезентативной, поскольку на практике конвертирует возможности комплекса ГТО в ощутимые результаты. Это даёт основание для расширения граничных значений физической подготовленности испытуемых ОГ, связанных с прогрессивным изменением параметров физического развития и функционального состояния.

Доказано, что использование управленческой информации с упором на нормативные критерии, обеспечивает системность подготовки и капитализацию всех видов ресурсов. Соответственно, эффективность адаптивной модели объясняется конвергентной культурной эволюцией студенчества, а также возможностями комплекса ГТО в оценке и прогнозировании динамики физического развития, подготовленности и компетенций.

Несмотря на организационные сложности, предложенная модель является основой роста аттрактивного потенциала комплекса, выражаемого через структурный код развития физической культуры в вузе. Предложенные рекомендации по построению физической подготовки к сдаче норм ГТО не противоречат принципам теории физического воспитания, а развивают их в контексте вопросов непрерывности менеджмента и контроля диффузии отдельных процессов.

Библиографический список

1. Указ Президента Российской Федерации от 24.03.2014 №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) // Сборник нормативно-правовых актов, регулирующих вопросы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). – СПб. : [б. и.], 2016. – С. 1-3.

2. Миронова, О.В. Комплекс ГТО как мобилизационный инструмент капитализации человеческих ресурсов / О.В. Миронова, К.Н. Дементьев, В.И. Григорьев, О.В. Пристав // Теория и практика физической культуры. – 2016. – №9. – С.39-42.

3. Cannon, W. (1929). Organization of physiological homeostasis. Physiol Rev; 9: 399-431.

4. Чураков, Е.П. Оптимальные и адаптивные системы / Е.П. Чураков. – М.: Энергоатомиздат, 1987. – 112 с.

5. Ruby, B., Robergs, R., Leadbetter, G. et al. (1996). Gross-training between cycling and running in untrained females. Sports Med Phys Fitness; 36: 246-254.

УДК 796.034-05

Г.В. Коротков

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ ПО ВНЕДРЕНИЮ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В ХАНТЫ-МАНСИЙСКОМ АВТОНОМНОМ ОКРУГЕ – ЮГРЕ

Региональный центр тестирования всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» АПОУ ХМАО – Югры «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва», г. Ханты-Мансийск, Россия, jamzik11@icloud.com

Аннотация: в статье приводятся критерии оценки деятельности, помогающие подвести промежуточные итоги, что позволяет увидеть общую картину и проанализировать результаты, оценить плюсы и минусы в работе муниципальных образований по внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре.

Ключевые слова: Югра, комплекс ГТО, критерии оценки, внедрение, регистрация, фестиваль, подготовка судей.

G. Korotkov

THE EVALUATION CRITERIA FOR ESTIMATION OF ACTIVITIES OF MUNICIPALITIES ON THE IMPLEMENTATION OF NATIONWIDE SPORTS COMPLEX "READY FOR LABOR AND DEFENSE" IN THE KHANTY-MANSIYSK AUTONOMOUS OKRUG – YUGRA

Regional Centre for testing nationwide sports complex "Ready for Labor and Defense", autonomous professional educational institution of the Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug - Ugra "Ugra College boarding Olympia-sky reserve", Khanty-Mansiysk city, Russia, jamzik11@icloud.com

Abstract: The article describes the criteria for assessing activities, which help to sum up intermediate results, using of this criteria let you to see the overall picture and to analyze the results, to evaluate the pros and cons in the work of municipalities on the implementation of nationwide sports complex "Ready for Labor and Defense" in the Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug – Yugra.

Key words: Yugra, GTO complex, evaluation criteria, implementation, registration, Festival, training of judges.

С 1 сентября 2015 года в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре, в соответствии с [3] начался второй этап внедрения комплекса ГТО.С начала учебного года в Югре реализованы следующие мероприятия, направленные на популяризацию и привлечение обучающихся образовательных организаций к выполнению нормативов ВФСК ГТО:

- всероссийский урок «Готов к труду и обороне»;
- площадки по апробации ВФСК ГТО;
- Зимний и Летний фестивали комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся образовательных организаций;
- круглые столы и физкультурно-массовые мероприятия с участием регионального Посла ГТО - Эдуарда Владимировича Исакова;
- торжественные вручения знаков отличия комплекса ГТО;
- сотрудники центров тестирования проводят встречи с руководством учреждений высшего и среднего профессионального образования.

Мероприятия освещаются в СМИ телерадиокомпанией ОТРК «ЮГРА», агентством спортивных новостей «Р-СПОРТ», российским агентством международной информации «РИА-Новости», окружным спортивным журналом «Спорт+». Региональный и муниципальные центры тестирования ведут свои новостные страницы в социальных сетях и на официальных сайтах органов управления физической культуры и спорта.

Основными мероприятиями, в соответствии с пунктом 28 [3], являются Зимний и Летний фестивали комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся образовательных организаций.

Зимний фестиваль состоял из двух этапов: на муниципальном этапе приняли участие 6731 обучающихся, на региональном – 497. В нем приняли участие обучающиеся 143 образовательных организаций муниципальных образований Югры в возрасте от 9 до 29 лет (со II по VI ступени).

Летний фестиваль проходил в три этапа: на муниципальном этапе приняли участие 5999 обучающихся из 155 образовательных организаций муниципальных образований Югры в возрасте от 9 до 29 лет (со II по VI ступени), на региональном – 136.

В период с 11 по 24 июля 2016 в г. Радужном прошли тренировочные мероприятия для расширенного состава сборной команды Югры, в составе 12 кандидатов.

В III этапе (всероссийском), который прошел с 23 по 29 августа 2016г., в городе Владимир, Владимирская область, сборная команда Ханты-Мансийского автономного округа – Югры заняла 3 место в общекомандном зачете и 1 место в эстафете ГТО. Ольга Гадалина из г. Мегиона заняла 1 место среди девочек 11-12 лет.

В соответствии с пунктом 41(2) [3], в целях обеспечения необходимого количества спортивных судей для проведения тестирования населения по выполнению нормативов комплекса ГТО и фестивалей ГТО проведена подготовка судей в рамках выездных семинаров-практикумов.

Так, в апреле 2016 годы было проведено обучение по следующим направлениям:
- «Подготовка судей квалификационной категории «Спортивный судья III категории» и «Переподготовка спортивных судей имеющих спортивную категорию, по специфике выполнения испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;- «Подготовка судей квалификационной категории «Юный спортивный судья» Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

В семинарах приняло участие 1286 человека из 22 муниципальных образований округа.

В сентябре 2016 года, по исполнению [4], были проведены семинары-практикумы по теме: «Подготовка спортивных судейских бригад центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)», «Организация работы с АИС ГТО для руководителей и администраторов центров тестирования». В семинарах-практикумах приняло участие 307 человек из всех 22 муниципальных образований округа.

За счет средств бюджета автономного округа [2], на сумму пять миллионов рублей, был приобретен спортивный инвентарь и оборудование, и передан для оснащения муниципальных центров тестирования.

В постоянном режиме, всеми 27 муниципальными Центрами тестирования комплекса ГТО по графикам работы ведется прием нормативов у обучающихся. В настоящее время ведется подключение к [1] муниципальных центров тестирования. На данный момент 40 руководителей и администраторов муниципальных центров тестирования получили справочно-ключевые дистрибутивы подключения к [1].

На данный момент, в выполнении нормативов Комплекса приняло участие 11569 человек. Из них награждены знаками отличия: золотыми - 732, серебряными - 1646, бронзовыми – 847 человек, итого - 3225 человек, что составляет 29% от общего числа обучающихся принявших участие в тестировании, а целевой показатель [2] на 2016 год составляет 30%.

На 30 сентября 2016 года, на [1], зарегистрировано 64348 жителей округа, что является 15 местом среди субъектов Российской Федерации и 2 местом по Уральскому федеральному округу, после Челябинской области.

Для подведения промежуточного итога, мы разработали рейтинг на лучшую постановку работы по внедрению ВФСК ГТО среди муниципальных образований округа, в который включили следующие критерии:

Таблица № 1: Количество зарегистрированных учащихся с I по VI ступень от общего количества обучающихся муниципального образования (%)

(где: нижние строки обозначают муниципальное образование, левые колонки обозначают количественный показатель, а на вершинах столбцов гистограмм указываются проценты или баллы)

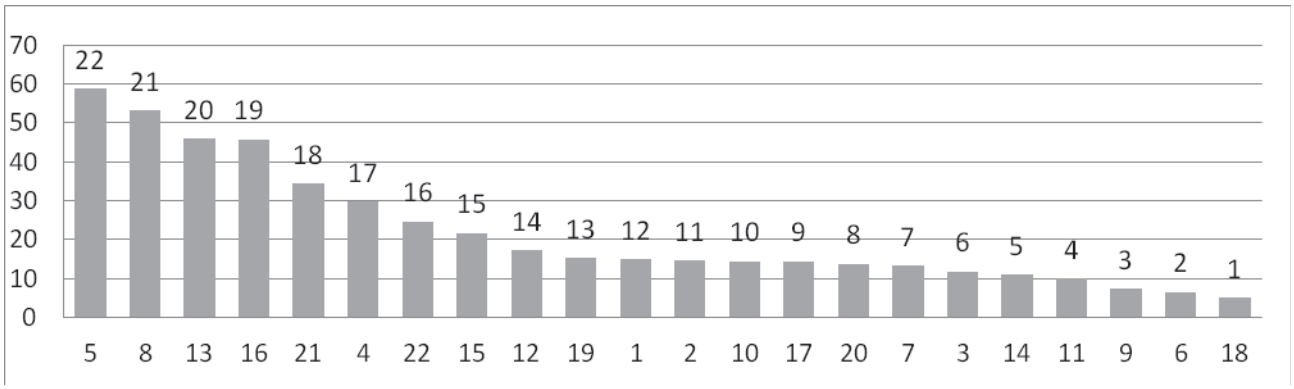


Таблица № 2: Количество участников, получивших знаки отличия от общего количества обучающихся муниципального образования (%)

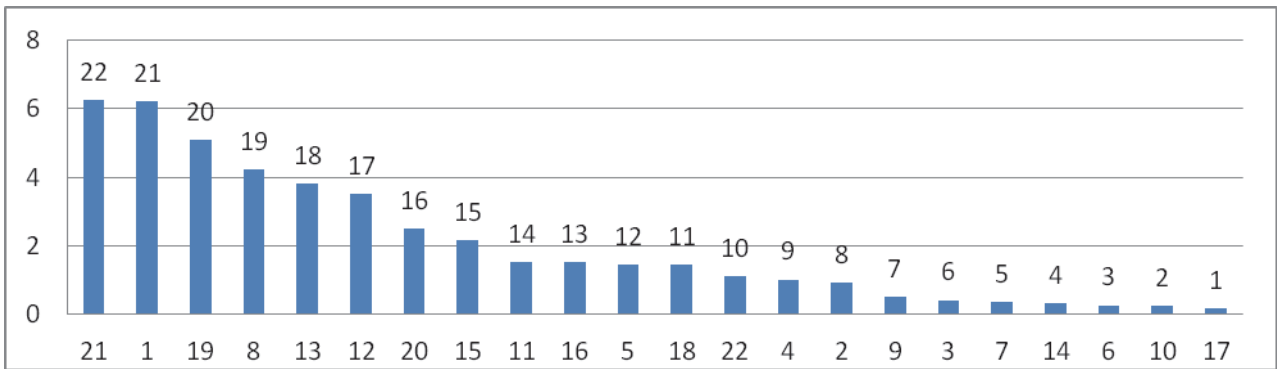


Таблица № 3: Результаты выступления команды в региональном фестивале ГТО – Зимний фестиваль (количество очков заработанных командой муниципального образования)

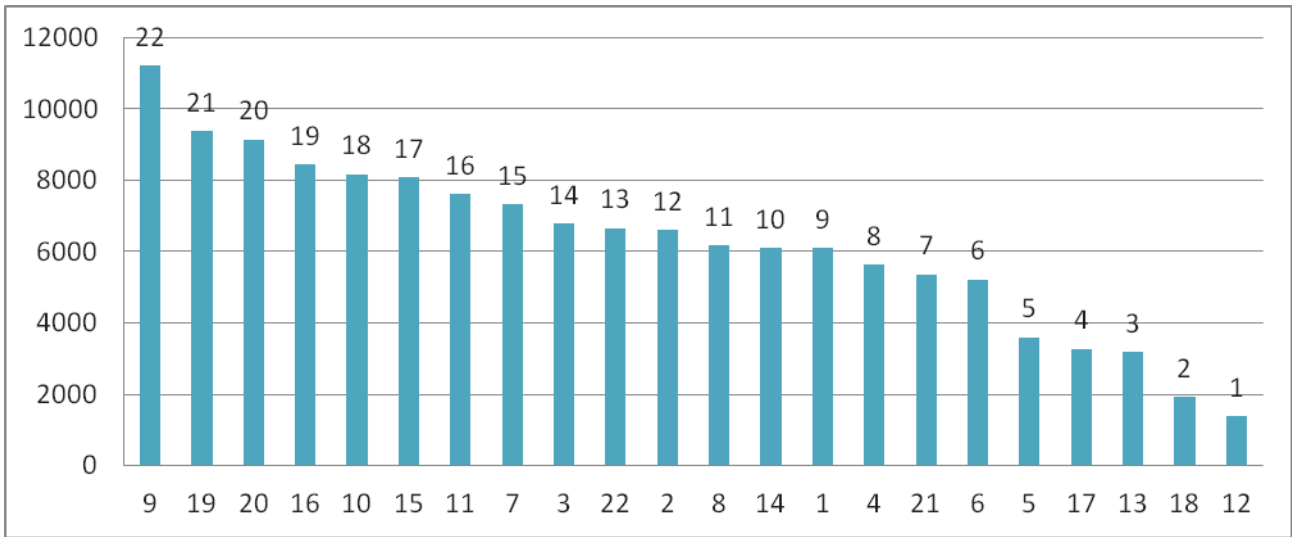


Таблица № 4: Результаты выступления команды в региональном фестивале ГТО – Летний фестиваль (количество очков заработанных командой муниципального образования)

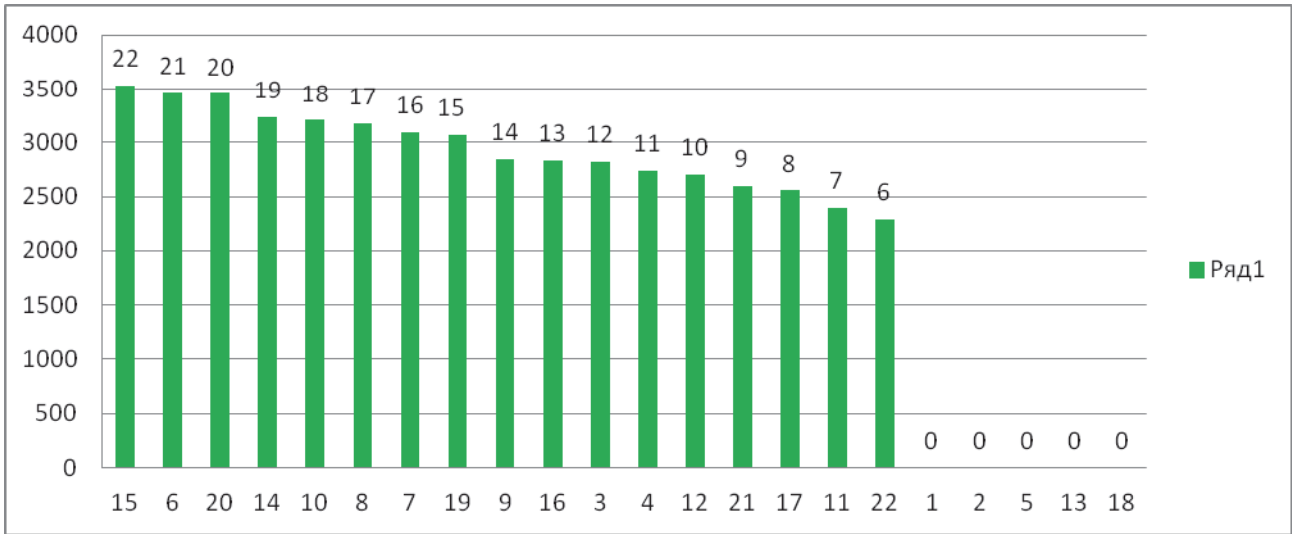


Таблица № 5: Количество участников сборной команды округа, принявших участие в 3 этапе Всероссийского фестиваля ГТО - (5 баллов за одного участника);

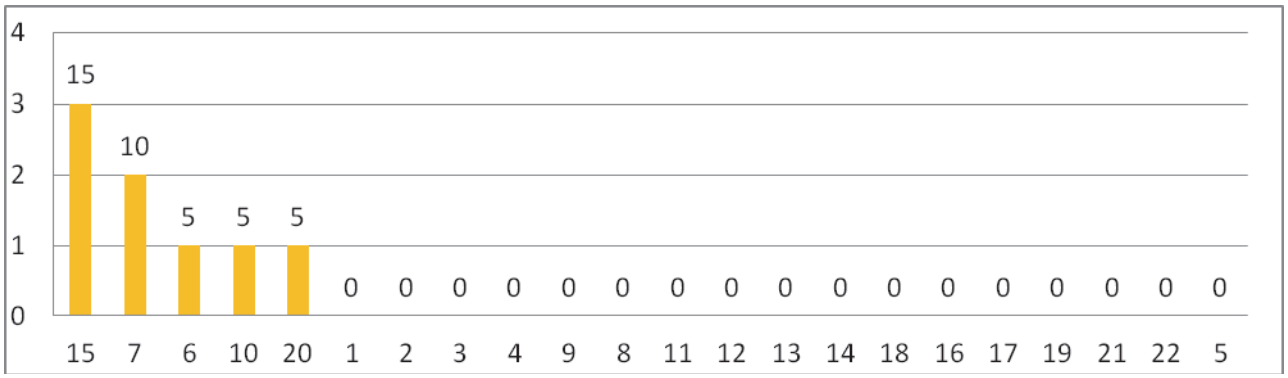
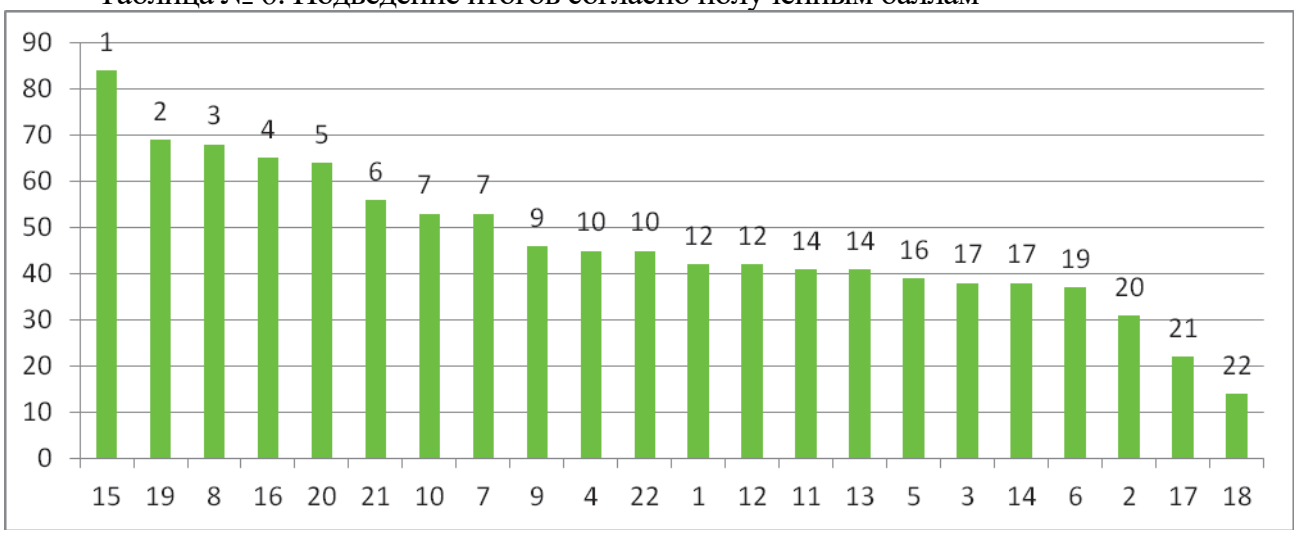


Таблица № 6: Подведение итогов согласно полученным баллам



Данные критерии помогли нам подвести промежуточные итоги, что позволяет увидеть общую картину и проанализировать результаты, оценить плюсы и минусы в работе муниципальных образований по внедрению ВФСК ГТО в автономном округе.

Библиографический список

1. Автоматизированная информационная система Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». URL: https://admin-new.gto.ru
2. Постановление Правительства ХМАО-Югры от 9.10.2013г. № 422-п «Развитие физической культуры

и спорта в ХМАО-Югре на 2014 - 2020 годы».
3. Распоряжение Губернатора ХМАО-Югры от 30.07.2014г. № 453-рг «Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению ВФСК ГТО на период 2014-2017 годов в ХМАО-Югре».
4. Соглашение Министерства спорта Российской Федерации и Правительства ХМАО-Югры от 07.07.2016 года № 362 «О предоставлении субсидии из федерального бюджета бюджетам субъектов Российской Федерации на реализацию мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

УДК 796: 378

Сафонова Ж.Б., д.п.н., профессор

КОМПЛЕКС ГТО И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ

Омский государственный технический университет, г. Омск, Россия, jansafonova@mail.ru

Аннотация статьи.*Аннотация. Статья посвящена роли физической активности лиц различного возраста (студентов, рабочих производства) в укреплении здоровья и готовности освоения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Представлены результаты экспериментальных исследований показателей физической подготовленности по контрольным тестам.*

Ключевые слова*: комплекс ГТО, физическая подготовленность, студенты, рабочие инструментального цеха, контрольные тесты.*

Safonova J. B., d.p.r. Professor

COMPLEX RWD AND PHYSICAL PREPAREDNESS POPULATION

Omsk State Technical University, Omsk, Russia

Annotation. *Article focuses on the role of physical activity of persons of different ages (students, workers of production) in health promotion and development of the All-Russian readiness sports complex "Ready for work and defense." The results of experimental studies of physical fitness indicators for the control test.*

Keywords: *RWD complex, physical fitness, studio-you working tool shop, the control tests.*

Роль физических тренировок в жизнедеятельности человека бесспорна, и важность физических упражнений в наше время хорошо известна каждому. Тем не менее, интерес обследованных к предлагаемым программам физических тренировок низок. Борьба с малой физической активностью - задача сложная, так как требует изменения жизненного уклада и привычек.

Видимо поэтому назрела необходимость возобновления форм и средств физического воспитания, направленного на развитие человеческого потенциала и укрепления здоровья [3, с. 16; 4, с.12; 7, с. 8]. Способствовать этому будет введение с 1сентября 2014 года Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, содержащего программную и нормативную основы уровня физической подготовленности населения для одиннадцати возрастных групп (от 6 до 70 лет и более) [6].

Вместе с тем, очевидно, что уровень и темпы решения проблем организации физической активности зависят, прежде всего, от людей, в конечном счете, от их физической культуры, определяющей и понимание, и мотивы, и установку на действие.

Поэтому, наряду с проблемой физкультурного образования детей и молодежи, оправдана и "вполне логична постановка проблемы физкультурного перевоспитания широких слоев населения" [2, с. 12].

Активная физическая подготовленность является важнейшим направлением работы среди населения с целью улучшения качества и продолжительности каждой конкретной жизни, но готовность населения участвовать в физкультурно-спортивных мероприятиях зависит от многих факторов, среди которых ведущая роль отводится отношению субъекта к

своему здоровью и уровень осведомленности о влиянии физических упражнений на организм, что и определяет его активность.

В то же время следует отметить, что общественные институты не остаются равнодушными к гипокинезии и дефициту физической активности современного общества. Начиная со второй половины восьмидесятых годов, развивалась наука об активном отдыхе, о рациональных режимах двигательной активности людей, производственной физической культуре, основы которой были заложены в 20-е годы нашего столетия и достаточно успешно, внедрялись вплоть до 80-х годов. Поэтому можно сказать, что новое «это не забытое старое». Идёт усиленный поиск новых форм физической активности, её оптимизации для укрепления здоровья и успешной профессиональной деятельности. Всё в большей степени признаётся важность семьи, а часто и рабочего окружения.

Содержание физической активности, формы и средства тренировки, объем, и интенсивность физических нагрузок во многом определяются возрастом человека. Данные научных исследований свидетельствуют об интенсивном развитии физического потенциала в первые два десятилетия жизни, когда происходит накопление физических возможностей, расходуемых затем в последующие периоды. В молодом возрасте (18-35 лет) сохраняется высокий уровень тренируемости двигательной функции, а именно: силовой подготовленности и работоспособности. После 35 лет наступает медленное снижение уровня физического потенциала человека.

Известно, что адаптационные реакции организма формируются по принципу работы функциональных систем, которые состоят из динамически мобилизуемых структур в масштабе целого организма. Поскольку эти реакции сложились в процессе эволюции, то оптимальный вариант, позволяющий сохранить гомеостаз с минимальными затратами, заранее известен, так как запрограммирован в акцепторе результатов действий [1, с. 132].

Целевое формирование физического поведения должно включать ведущую составляющую — управление приспособительными и адаптационными реакциями и параллельно осуществляющую координацию педагогического, методического, психофизиологического и медицинского процесса создания нового жизненного стиля.

Психофизиологическая переориентация является ведущим механизмом управления процессом формирования физической активности.

Инициальной точкой является формирование поведенческих установок как позиции отдельного субъекта по отношению как к собственному здоровью и болезни, так и отражение общественных взглядов на эти показатели.

К издержкам современной цивилизации относят: хроническое психоэмоциональное напряжение и гипокинезию, которые являются факторами риска артериальной гипертензии, атеросклероза, ишемической болезни сердца. Гипокинезия уменьшает силу и выносливость мышц, снижает их тонус, уменьшает объем мышечной массы, ухудшает координацию движения, приводит к выраженным функциональным изменениям сердечно-сосудистой системы: тахикардии, снижению ударного и минутного объемов кровообращения, сокращению общей массы циркулирующей крови, уменьшению емкости сосудистого русла, замедлению времени общего кровотока.

Заболевания, обусловленные гипокинезией, принято называть гипокинетозами. К ним относят: сердечно-сосудистые заболевания, нервные и желудочно-кишечные расстройства, костные, мышечные и хрящевые изменения. Общим мнением для гипокинетозов является то, что их можно лечить, а в большинстве случаев предупреждать и восстанавливать (реабилитировать) с помощью рационально разработанных физических нагрузок. Общепризнанно, что рациональная физическая активность, приводя к увеличению мощности и стабильности механизма общей адаптации за счет совершенствования функций центральной нервной системы, восстановительных процессов гомеостаза, позволяют поддерживать со-

стояние здоровья на уровне адекватного соответствия, позволяющего свободно решать задачи социального и бытового плана.

Регулярная (не спортивная, оздоровительная) физическая активность повышает потенциал энергообразования, определяющий устойчивость организма (к гипоксии и кровопотере) к факторам, способствующим развитию ишемической болезни сердца и мозга.

Известно, что способность двигательной функции к изменению, несмотря на разнонаправленный характер ее и различную по степени интенсивность в каждом возрастном периоде, обеспечивает необходимый баланс между состоянием организма и его физическими возможностями [5, с. 96; 8, с. 6]. Это положение особенно оправдано для лиц с ограниченной физической активностью в силу производственной деятельности с одной стороны и необходимостью активизации двигательных функций с целью повышения работоспособности и трудоспособности – с другой.

Более чем 15-ти летний опыт нашей работы с производственным объеденением «ОМЭлектроточприбор» (инструментальный цех), свидетельсвует о том, что программы физических тренировок, разработанные нами, в своей основе предполагали развитие физической подготовленности наблюдаемого контингента [9, с. 115].

Не касаясь в данной статье, показаний морфофункционального состояния приводим результаты изменения физической подготовленности студентов и рабочих (табл. 1).

Данное исследование проводилось в 3-х группах испытуемых.

1-я группа – 50 студентов-юношей в возрасте до 20 лет, занимавшихся по рекомендуемой нами программе в рамках учебного процесса; 2-я группа - контрольная 50 студентов-юношей занимавшихся по базовой программе; 3-я группа состояла из 15 мужчин, в возрасте 20-29 лет (рабочих инструментального цеха) занимавшихся по нашей программе после работы в цеховом физкультурно-оздоровительном центре.

Контрольно-тестирующими упражнениями явились: 12-ти минутный тест ходьбы по Куперу; бег на 3000 м; прыжок в длину с места; подтягивая на перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа и наклоны туловища вниз с прямыми ногами, стоя на гимнастической скамейке. Все вышеперечисленные тесты являются основой нового комплекса ГТО.

После физических тренировок в течение года все показатели улучшились во всех группах, но динамика их была разнонаправленной.

Достоверно увеличилось пройденное расстояние в тесте Купера, сократилось время пробегания дистанции в 3000 метров, что свидетельствует о повышении выносливости.

Прыжок в длину с места, отражающий динамику скоростно-силовых возможностей показал достоверное увеличение в экспериментальных группах.

Силовую подготовленность демонстрирует количество подтягиваний на перекладине и число сгибаний и разгибаний рук в упоре лежа, что также отразилось в положительной достоверной динамике.

Гибкость – качество, отражающее подвижность позвоночника, достоверно увеличилась в первой экспериментальной (студенты) и группе рабочих.

Из вышеизложенного следует, что наибольший эффект в улучшении показателей физической подготовленности дают занятия аэробно-анаэробного характера, на которые в новом комплексе ГТО обращено особое внимание.

Заключение.

Таким образом, строго дозированная и постепенно возрастающая тренировка физическими упражнениями является целесообразным и необходимым средством адаптации лиц различного возраста к бытовым и профессиональным нагрузкам.

Таблица 1

Динамика показателей физической подготовленности у студентов и мужчин различных возрастных групп в годичном эксперименте

Группа, характеристика и достоверность различий между ними	1-до эксперимента 2-после эксперимента	Показатели					
		12-ти мин. тест ходьбы по Куперу, м	Бег на 3000 м, мин	Прыжок в длину с места, см	Подтягивание на перекладине, кол-во	Отжимания от пола, кол-во	Гибкость, см
1-я – студенты (опыт.) до 20 лет, n=50	1 2	1488±52,5 2026±90,6	17±0,41 15±0,35	220±3,7 237±3,4	7±0,8 11±0,8	23±1,5 33±1,6	26±0,9 20±0,9
2-я – студенты (контрол.) до 20 лет, n=50	1 2	1523±46,3 2051±50,9	15±0,31 15±0,22	217±3,7 226±3,6	8±0,5 8±0,4	25±1 29±1,2	21±1,1 20±1,0
P_{2-1}	1 2	……. …….	…… …….....	……. …….....	……..... ……	…… . ……	…… ……
3-я – рабочие 20-29 лет, n=15	1 2	1493±48,5 1834±82,3	21±0,3 17±1,2	213±3,7 222±2,5	10±0,7 13±0,6	21±1,6 35±1,4	25±1,6 19±1,8
P_{3-1}	1 2	……..... ……	…… …….....	……..... . ……	…… ……	…… .. …… ...	…… ……

Примечание: 2-я группа, занимающиеся по общепринятой методике.
Подчеркнут сдвиг, вероятный более чем в 95% случаев.
Р – различия между группами.

Список литературы:

1. Аршавский, И.А. Функциональные особенности сердца при физических нагрузках в возрастном аспекте. – Ставрополь: СППИ, 1997 – Вып. 2 – С.118-144
2. Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич // - М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – 274 с.
3. Вавилов, В.В. Направленность занятий атлетической гимнастикой мужчин II взрослого возраста на подготовку к сдаче нормативов ГТО: автореф. дис. … канд. пед. наук (13.00.04) / В.В. Вавилов, 2015. – 22 с.
4. Коган, О.С. Некоторые медико-биологические аспекты перехода к сдаче норм ГТО в общеобразовательных школах / О.С. Коган // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – «№1. – 2015. с.11-13
5. Манжелей, И.В. Педагогический потенциал физкультурно-спортивной среды [Текст] /И.В. Манжелей // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - N 4. - С. 2-4.
6. Перепелов, А.Н., Сафонова Ж.Б. Физическое воспитание / А.Н. Перепелов, Ж.Б. Сафонова // Методич. указания для студентов по подготовке к сдаче норм Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО, - Омск, 1987 – 23 с.
7. Сафонова, Ж.Б. Организация комплексов физкультурно-оздоровительных воздействий для рабочих инструментального производства // Физическую культуру на службу народа: Тез. докл. науч. практ. конф. – Барнаул, 1988. – С. 6-7
8. Яковлев, В.М., Сафонова Ж.Б. Педагогическое управление процессом физической реабилитации при ишемической болезни сердца и ее профилактике: Монография. – Омск: Издательство ОмГПУ, 2000 – 153 с.

УДК: 796.012.6

Е.С. Потовская, к.п.н.
О.Н. Крупицкая

ОЦЕНКА ГОТОВНОСТИ К СДАЧЕ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ НЕИГРОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА С ПРИМЕНЕНИЕМ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ, ПРОТИВОДЕЙСТВУЮЩЕЙ ВЛИЯНИЮ СТРЕССА

Национальный исследовательский Томский государственный университет (НИ ТГУ), г. Томск, Россия, biglard@yandex.ru

Аннотация: *Учебно-тренировочный процесс на основе спортивно ориентированных педагогических технологий, в структуру которого была интегрирована специальная методика, направленная на развитие физических качеств, необходимых для поддержания работоспособности в условиях стрессовых нагрузок, позволил добиться улучшения показателей физической подготовленности у студентов.*

Ключевые слова: *студенты, специальная методика, спортивно ориентированные педагогические технологии, физическое воспитание, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).*

E. Potovskaya, CPS
O. Krupitskaya

ASSESSMENT OF READINESS TO REACH QUALIFYING GTO STANDARDS BY STUDENTS DOING SPORTS USING SPECIAL STRESS RESISTANCE TECHNIQUES

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia, biglard@yandex.ru

Annotation: Training process, based on the sport-oriented pedagogical technologies, in the structure of which was integrated a special technique directed at developing physical characteristics necessary to maintain physical efficiency under conditions of stress load, made it possible to enhance students' physical characteristics.

Key words: students, special technique, sport-oriented pedagogical technologies, physical education, The all-Russian sports complex “Gotov k trudu i oborone” (GTO)

Актуальность. Целью Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения [1, с. 79].

Показатели мониторинга состояния здоровья и физической подготовленности студенческой молодежи в российских вузах свидетельствуют, что в среднем у 50-64% студентов первого курса физическая подготовленность находится на уровне «ниже среднего» и «низком» [3, с. 47].

Следует также отметить, что большая часть студентов испытывает влияние различных стрессорных факторов: изменение условий жизни, пересмотр собственных привычек, изменение рабочих условий на фоне постоянно возрастающей интенсификации учебного процесса [4, с. 3].

Эффективность профессиональной деятельности человека, длительное время выполняющего работу в условиях стрессовых нагрузок, во многом определяется уровнем развития общей выносливости, статической выносливости, силовой выносливости, координационной выносливости, ловкости [2, с. 15].

Цель работы – разработка и внедрение в систему физического воспитания студентов специальной методики, направленной на развитие физических качеств, необходимых для поддержания работоспособности в условиях стрессовых нагрузок, и оценка ее эффективности при сдаче норм комплекса ГТО.

Организация и методы исследования. Учебно-образовательный процесс на кафедре физического воспитания НИ ТГУ осуществляется на основе спортивно ориентированных педагогических технологий. Для внедрения экспериментальной методики были определены учебные группы, занимающихся на специализациях по неигровым видам спорта: плавание, карате, бодибилдинг, а также ОФП. Выборку составили мужчины в возрасте 17–19 лет, студенты 1-го курса 21 факультета НИ ТГУ; объем выборки 100 чел., по 25 чел. в группе. В свою очередь каждая группа распределена на 2 подгруппы – 13 человек в контрольной и 12 – в экспериментальной.

Содержание применяемой в педагогическом эксперименте методики подробно описано в [5, с. 53].

Результаты и их обсуждение. На протяжении учебного года проводили комплексный мониторинг физической подготовленности. Результаты исследований динамики физических качеств участников эксперимента представлены в таблицах 1, 2 – нами проанализирован прирост показателей с целью оценки эффективности разработанной методики.

При изучении показателей координационных способностей с помощью пробы Ромберга у студентов до начала эксперимента не обнаружены достоверные различия в различных спортивных дисциплинах. Однако после применения разработанной методики данный показатель изменился. Так студенты, занимающиеся в группах ОФП, показали самое низкое время ($p<0,05$), а каратисты – достоверное улучшение по сравнению со всеми прочими участниками эксперимента.

Таблица 1. Динамика силовых показателей у студентов

Вид спорта		Сила кисти, кг		Отжимание, кол-во	Угол в упоре на брусьях, с	Подтягивание, кол-во
		правой	левой			
Плавание	До начала	37,7±4,9	35,2±3,3	35,5±5,2	7,2±0,6	9,8±1,4
	После	43,5±1,7 $p_5<0,05$	40,8±1,6 $p_5<0,05$	36,3±6,1	6,9±1,0	9,2±1,1

Карате	До начала	43,1±1,4	40,1±4,3	33,9±2,8	8,8±3,2	8,4±1,5
	После	47,4±6,8 $p_5<0,05$	42,2±3,8	45,2±3,3 $p_5<0,05$	14,6±1,3 $p_5<0,05$	9,0±1,5
Бодибилдинг	До начала	43,6±1,5	35,6±2,1	40,3±3,2	9,9±1,9	11,1±1,4
	После	46,1±1,5 $p_4<0,05$ $p_5<0,05$	37,8±1,7	52,8±3,7 $p_1<0,05$ $p_4<0,05$ $p_5<0,05$	13,5±2,9 $p_1<0,05$ $p_4<0,05$ $p_5<0,05$	15,0±1,0 $p_1<0,05$ $p_2<0,05$ $p_4<0,05$ $p_5<0,05$
ОФП	До начала	41,7±1,3	41,2±1,4	31,1±3,6	5,8±1,6 $p_3<0,05$	8,2±1,1
	После	33,1±2,6 $p_5<0,05$	30,7±2,6 $p_5<0,05$	35,1±3,6	4,1±1,6 $p_2<0,05$ $p_3<0,05$	9,7±1,3

Примечание (здесь и в таблицах 2, 3): $p_1<0,05$ – уровень статистической значимости различий по сравнению с показателями у студентов занимающихся плаванием; $p_2<0,05$ – уровень статистической значимости различий по сравнению с показателями у студентов занимающихся карате; $p_3<0,05$ – уровень статистической значимости различий по сравнению с показателями у студентов занимающихся бодибилдингом; $p_4<0,05$ – уровень статистической значимости различий по сравнению с показателями у студентов занимающихся ОФП; $p_5<0,05$ – уровень статистической значимости различий по сравнению с показателями у студентов до начала эксперимента.

Анализ силы показал, что наиболее низкие значения выявлены у юношей, посещающих занятия ОФП, – их результаты ухудшились в кистевой динамометрии и в упражнении «угол в упоре на брусьях». В подтягиваниях и отжиманиях наблюдается положительная тенденция. Пловцы достоверно улучшили показатели силы кисти, но в других силовых упражнениях достоверной прибавки не продемонстрировали. Представители специализации «Карате» показали статистически значимое увеличение силовых показателей после тренировок по специальной методике почти во всех упражнениях, только в подтягиваниях улучшение на уровне тенденции. И ожидаемые лучшие результаты в силовых упражнениях наблюдаются у студентов специализации «Бодибилдинг».

Таблица 2. Динамика показателей физической подготовленности студентов

Вид спорта		Бег 2600 м, мин	Бег 100 м, с	Прыжок в длину с места, см	Индекс гарвардского степ-теста
Плавание	До начала	12,9±0,4	14,0±0,2	224,6±3,7	87,5±2,3 $p_2<0,05$ $p_3<0,05$
	После	11,9±0,5 $p_5<0,05$	13,9±0,2	238,8±44,2 $p_5<0,05$	84,1±6,5 $p_4<0,05$
Карате	До начала	13,2±0,5	14,6±0,2	235,2±17,4	81,7±3,1
	После	13,0±1,6	14,6±0,7	240,8±12,9 $p_5<0,05$	82,2±0,8
Бодибилдинг	До начала	13,3±0,3	13,8±0,2	212,2±6,2	77,6±0,8 $p_1<0,05$ $p_4<0,05$
	После	13,5±0,3	14,0±0,2	226,5±11,5 $p_2<0,05$ $p_5<0,05$	86,6±6,3 $p_5<0,05$
ОФП	До начала	13,5±0,4	13,9±0,2	212,4±4,2	84,6±2,3 $p_3<0,05$
	После	12,9±0,3	13,8±0,3	222,0±8,8 $p_2<0,05$ $p_5<0,05$	80,6±2,5 $p_2<0,05$ $p_5<0,05$

При изучении выносливости начальный уровень у студентов группы различных специализаций достоверно не различался. После проведения эксперимента улучшение результатов показали пловцы в сравнении с аналогичными показателями до начала эксперимента ($p<0,05$). Надо отметить также что студенты, посещающие занятия по бодибилдингу, показали отрицательную динамику в беге на 2600 м. А у каратистов и студентов специализации ОФП – динамика положительная на уровне тенденции.

При оценке работоспособности получены несколько иные результаты –только бодибилдеры продемонстрировали достоверную прибавку показателей, а ОФП – достоверное их ухудшение. Студенты специализации «Плавание» продемонстрировали ухудшение результатов, а «Карате» – улучшение на уровне тенденции.

Быстрота, гибкость и результаты в челночном беге у студентов всех специализаций практически не изменились относительно показателей исходного уровня, а в показателях скоростно-силовых качеств (прыжок в длину с места) – все студенты продемонстрировали увеличение результатов, и наибольшей прибавка была у каратистов.

Тщательная и детальная разработка нормативов ГТО, выполненная Правительством РФ 2014 г. в соответствии с медицинскими нормами двигательного режима для каждого возраста, позволит возобновить массовое

Таблица 3. Динамика координационных показателей и гибкости у студентов

Вид спорта		Челночный бег, с	Проба Ромберга, с	Ловля падающего предмета, с	Гибкость, см
Плавание	До начала	16,1±0,2	14,8±3,9	0,24±0,01 $p_3<0,05$	6,1±1,6
	После	15.3±0.3	24,0±0,9 $p_5<0,05$	0,22±0,02	8,0±4,7
Карате	До начала	16,9±0,7	19,5±5,8	0,23±0,01	8,6±5,8
	После	15,4±0,4	32,9±11,7 $p_1<0,05$ $p_3<0,05$ $p_4<0,05$ $p_5<0,05$	0,21±0,01	10,1±2,1
Бодибилдинг	До начала	15,7±0,2	18,7±3,4	0,19±0,01 $p_1<0,05$ $p_4<0,05$	7,7±1,4
	После	15,8±0,6	23,6±9,3	0,16±0,01 $p_1<0,05$ $p_2<0,05$ $p_4<0,05$ $p_5<0,05$	10,0±3,0
ОФП	До начала	16,7±1,0	21,1±5,8	0,22±0,01	7,6±1,8
	После	16,5±0,3	15,2±4,6 $p_1<0,05$ $p_2<0,05$ $p_3<0,05$ $p_5<0,05$	0,24±0,01 $p_3<0,05$	5,3±3,4

физкультурное движение в стране, улучшить физическую подготовку и увеличить продолжительность жизни населения. В свою очередь, задачей кафедр физического воспитания вузов становится такое обеспечение учебного процесса, чтобы уровень развития физических качеств студентов соответствовал предъявляемым требованиям.

Реализация учебной программы по физической культуре в условиях спортивно ориентированных педагогических технологий, включающая разработанную нами специальную методику, направленную на развитие физических качеств, необходимых для поддержания работоспособности в условиях стрессовых нагрузок, способствует более эффективному реше-

нию основных задач физического воспитания в вузе, ориентированных на повышение физической подготовленности и сдачу норм комплекса ГТО.

Список литературы:

1. Ефремова Ю.С. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) в системе социокультурного и психолого-педагогического сопровождения родительства / Ю.С. Ефремова // Педагогическое образование в России. – 2015. – № 1. – С. 79-82.
2. Иванова Е.В. Развитие координационных способностей у занимающихся экстремальными видами деятельности // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2008. – № 2. – С. 15-16.
3. Кабачков В.А. Социально-педагогические предпосылки формирования девиантного поведения учащейся молодежи на этапе профессионального самоопределения / В.А. Кабачков, Е.И. Перова, В.А. Куренцов // Вестник спортивной науки. – 2012. – № 2. – С. 44-48.
4. Кабачкова А.В. Исследование индивидуальной адаптации студентов к учебной и физкультурной деятельности: автореф. дис. … канд. биол. наук / А.В. Кабачкова. – Томск, 2009. – 25 с.
5. Шилько В.Г. Профессионально-прикладная физическая подготовка для профессиональной деятельности, осуществляемой в условиях длительных стрессовых воздействий / В.Г. Шилько, Э.В. Галажинский, Д.Ю. Баланев, Т.А. Шилько, Е.С. Потовская // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 7. – С. 52-54

УДК 37

Л.Р. Фазлутдинова, Э.Г. Усманов

ГТО. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН ГОРОДА УФЫ

ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, г. Уфа, Россия

Резюме: в работе освещены плюсы и минусы комплекса «Готов к труду и обороне», а так же отношение населения к вновь пришедшей системе.

Ключевые слова: комплекс «Готов к труду и обороне»

L.R. Fazlutdinova, E.G. Usmanov

RLD. THE MODERN STATE IN THE REPUBLIC OF BASHKORTOSTAN IN UFA

FGBOU IN BSMU Russian Ministry of Health, Ufa, Russia

Summary: the paper highlights the pros and cons of the complex "Ready for labor and defense", as well as the attitude of the population to again came the system.

Key words: complex "Ready for labor and defense"

Актуальность. На сегодняшний день люди все больше задумываются о здоровом образе жизни, спорте. Одни следуют моде, другие понимают, что нагрузки, даже несколько превышающие норму, помогут укрепить здоровье и поддерживать тело в тонусе. Особенно заинтересованные – родители. В наш 21 век, век электронных технологий, компьютеров и прочих гаджетов, когда свободное время молодое поколение тратит на виртуальные игры и социальные сети - физическая подготовка молодежи снизилась, как и состояние здоровья, в сравнении с прошлыми годами. [1]

Президент России В.В.Путин поручил обеспечить культурно-просветительскую и образовательную деятельность для поэтапного внедрения в Российскую Федерацию Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (комплекс ГТО). Так было опубликовано распоряжение правительства РФ от 30.06.2014 года номер 1165 р об утверждении плана мероприятий по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», в последствии документ по поэтапному внедрению комплекса ГТО внесен во исполнение.[2]

Основная цель данного введения – повышение физического здоровья населения, в частности молодежи, за счет популяризации спорта и увеличение количества людей, заинтересованных в активном образе жизни.

Грамотное использование комплекса ГТО позволит обеспечить оптимальное сочетание общей и специальной подготовленности студентов и повысит эффективность занятий физическими упражнениями в рамках учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» [3, с. 36].

Одним из основных положительным критериев можно выделить тот факт, что со сдачей норм ВФСК ГТО, появится наличие занятий в спортивных клубах за пределами университета. Это упростит возможность получения зачёта по физической культуре без снижения качества учебного процесса [4, с.13].

Несмотря на очевидные плюсы комплекса ГТО есть и свои минусы. К примеру, обозреватель Сергей Петухов делает акцент на том, что в связи с этим, могут увеличиться случаи летального исхода, отталкиваясь оттого, что подобные ситуации случались и на обычных уроках физической культуры [5].

Внимание должно акцентироваться на выносливости и выявлении силы человека определенного возраста и пола, во избежание негативных последствий. Подход к каждому обязателен с умом и особой ответственностью. Важно отметить, что для каждой группы возрастов предназначены свои нормативы.

Данные нормативы сдачи ГТО сгруппированы в 5 групп:

Первая группа для мальчиков и девочек 10-11 и 12-13 лет.

Вторая группа для подростков 14-15 лет.

Третья группа для юношей и девушек 16-18 лет.

Четвертая группа для мужчин 19-39 лет и женщин 19-34 лет.

Пятая группа «Бодрость и здоровье» - для мужчин 40-60 лет и женщин 35-55 лет. [1]

Цель. Выявить отношение населения к внедрению комплекса ГТО в республике Башкортостан (РБ) города Уфы.

Ход работы. Для исследования вопроса, как относится население города Уфы ко 2 этапу, внедрению комплекса ГТО во всех образовательных организациях страны, а именно студенты вузов столицы, мы провели опрос по авторской анкете. В результате мы получили следующие данные:

Большинство –78 % положительно отзываются о вновь введенной системе, 15% - отрицательно, 7% - воздержались от ответа.

Кроме того, мы выяснили, что из всех, положительно отозвавшихся – 27 % непосредственно участвуют в мероприятиях для выполнения разряда. Так же, были опрошены лица в возрасте от 27 – 40 лет, имеющих детей в школьного возраста. Среди данного контингента были выявлены следующие результаты:

На вопрос «Как Вы считаете, стоит ли вводить комплекс ГТО в образовательные учреждения?» - 64% ответили «Да, стоит»; 24% - «Нет, не стоит» и 12% воздержались от ответа.

Выводы. Исходя из полученных результатов, мы можем говорить о позитивном отношении населения к внедрению комплекса ГТО во всех образовательных организациях РБ. Население заинтересовано спортивным здоровьем не только взрослого, но и молодого поколения.

Заключение. Ремейк на ГТО времён СССР начинает постепенно приобретать значимость в молодёжной среде, завоёвывать авторитет. Как и в прежние времена, комплекс ГТО должен решать задачи всестороннего и гармоничного развития личности, а также контроля за физической подготовленностью разных половозрастных групп населения. Комплекс ГТО был и останется одной из тех систем, стимулирующих всестороннюю физическую подготовленность[6].

Список литературы:

1. Варламова К. Э. Актуальность гто в современное время // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. XLIII междунар. студ. науч.-практ. конф. № 6(43). URL: http://sibac.info/archive/guman/6(43).pdf (дата обращения: 11.10.2016)

2. Указ Президента РФ от 24.03.2014 N 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

3. Социально-педагогические аспекты физического воспитания молодёжи [Текст]: сборник научных трудов III Международной научно- практической конференции (27 февраля 2015 г.). – Ульяновск: УлГТУ, 2015. — 307 с.

4. 10. Курашвили В. А. Комплекс ГТО.[Текст] // Вестник спортивных инноваций. – 2013. – №46. – С.4 – 5.

5. Сергей Петухов [электронный ресурс] — Режим доступа: свободный. — URL:https://ru.wikipedia.org/wiki/Готов_к_труду_и_обороне_СССР (дата обращения 5.10.2016).

6. Козин С.В. гто: Прошлое и настоящее [Электронный ресурс] // SCI-ARTICLE.RU. 2013. – Режим доступа: свободный. - URL: http://sci-article.ru/ (дата обращения: 5.10.2016).

УДК 796.011.2

В.И. Штакельберг, **А.И. Хамидуллин**, **И.И. Гумеров**

ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» («ГТО»): СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

ГБОУ ВПО Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа,
Российская Федерация, apotampkin666@gmail.com

Аннотация. В работе поднимается проблема актуального состояния и потенциальных возможностей программы «Готов к труду и обороне» («ГТО»). Рассмотрены положительные аспекты популяризации системы «ГТО» в современном обществе.

Ключевые слова: физическая культура, спортивная программа, ГТО.

V. Shtakelberg, A. Khamidullin, I. Gumerov

ALL-RUSSIAN SPORT COMPLEX "READY FOR LABOR AND DEFENSE" («RLD»): CURRENT STATUS AND PERSPECTIVES

SBEI HPE Bashkir State Medical University, Ufa, the Russian Federation, apotampkin666@gmail.com

Annotation. There is a problem concerned in this work about the actual state and potential opportunities of the program "Ready for labor and defense" («RLD»). The positive aspects of the popularization of the system «RLD» in the modern society were considered.

Key words**:** physical education, sporting program, RLD.

Как известно, выражение о том, что «все новое – это хорошо забытое старое», взятое из мемуаров Розы Бертэн, являвшейся личной портнихой французской королевы Марии-Антуанетты, представляется довольно точным. Эта фраза в относительной степени применима и к «ГТО», которое расшифровывается как «Готов к труду и обороне» и до распада Советского Союза представляющее собой программу физической и культурной подготовки, основывающуюся на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения [3], инициатива возрождения которой была объявлена в нашей стране в 2013 году. Причин для восстановления данной системы существует множество, однако, одной из наиболее важных является забота о здоровье граждан, и за счет этого увеличение качества и продолжительности их жизни.

Несмотря на то, что основная суть самой идеи данной программы остается неизменной и заключается в развитии физической подготовленности людей, в укреплении их моральной выдержки, в поддержании целеустремленности и т.д., в новом выражении у программы отмечаются и некоторые изменения. Например, были внесены корректировки в критерии попадания детей в разные возрастные ступени, число которых возросло до

одиннадцати, также в ней появились новые виды упражнений, а некоторые виды были исключены из перечня; кроме того, отмечается облегчение и усложнение ряда нормативов [2]. Данные изменения нацелены на улучшение и увеличение эффективности от внедрения этой программы в общество.

Рассматриваемый в данной работе комплекс в настоящее время пользуется достаточно заметным интересом среди граждан. Данная тенденция во многом объясняется тем, что система хорошо зарекомендовала себя в свое время, и многие люди не понаслышке знакомы с ней и с ее достоинствами. Одной из важнейших функций, которую выполняет комплекс «ГТО», является воспитательная функция. Как отмечают авторы [1], самоцелью данной программы не должно являться лишь выполнение нормативов, т.к. основной упор делается на развитие физической активности человека, которое за счет обеспечения полноценного функционирования организма, а также повышения его различных возможностей может содействовать увеличению продолжительности жизни человека.

Внедрение системы «ГТО» предусматривает ряд этапов, реализация которых должна позволить ее новому вхождению в современное общество. Первый этап именуется организационно-экспериментальным и заключается в проведении экспериментов в различных субъектах России, на втором этапе (апробационном) отмечается внедрение «ГТО» в различного рода организациях, на третьем этапе (внедренческом), который реализуется в настоящее время, происходит внедрение системы во всех образовательных организациях страны, и на четвертом (реализационном) этапе, который рассчитывается начаться с января 2017 года планируется внедрение комплекса среди всех категорий и групп населения страны [5].

Немаловажным вопросом при рассмотрении перспектив вовлечения большего числа юдей к системе «ГТО» является ее активная пропаганда. Эффективным может быть популярное и доходчивое информирование населения об особенностях этого комплекса (его целях, задачах, содержании и т.д.) [4]. Вызываемый у людей интерес к данной программе позволил бы увеличить число тех, кто захотел бы реализовать свои возможности в рамках сдачи нормативов «ГТО», что заметно повлияло бы на их физическое состояние. Также велика роль представителей более взрослого поколения граждан, которые могут заинтересовать подрастающее поколение и молодежь, для которых физическая выносливость и сила духа являются стержневыми компонентами развития личности в целом.

Таким образом, всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО» представляет собой социально значимый проект, который проверен временем, эффективен и целесообразен в соответствии с выдвигаемыми задачами, которые на него возлагаются.

Библиографический список

1. Галагузова Ю. Н., Мясникова Т. И. Воспитательная функция Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО // Педагогическое образование в России. – 2015. – №1. – С. 70-75.
2. Данилкина Ю. А., Москаленко И. С., Орехова А. В. Комплекс ГТО // Символ науки. – 2015. – №4. – С. 172-174.
3. Официальный сайт Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». URL: http://www.gto.ru/ (дата обращения: 01.10.2016).
4. Русинова М. П. Проблемы эффективной пропаганды ВФСК ГТО // Педагогическое образование в России. – 2014. – №9. – С. 87-89.
5. Шумилин И. В. От норм ГТО к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. –2014. – №3. – С. 54-60.

УДК 796.015.865

И.В. Стародубцева, к.п.н, доцент; Н.Л. Стародубцев

ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОЗИЦИИ В ОТНОШЕНИИ ВФСК ГТО

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, i.v.starodubceva@utmn.ru

В статье представлено исследование отношения педагогов к физкультурно-спортивному комплексу ГТО. Проведен сравнительный анализ целевых установок педагогов и учащихся 10-11 классов.

Ключевые слова: физическая культура, комплекс ГТО, мотивация, школьники, педагоги.

Starodubtseva I.V., associate professor. Ph.D.; Starodubtsev N.L.

THE PARTICULAR QUALITIES OF PEDAGOGICAL POSITION ACCORDING TO THE COMPLEX GTO

Tyumen State University, Tyumen, Russia

The article presents a research of the schoolmaster's relationship to the GTO complex. The comparative analysis of the purpose of the schoolmasters and 10th-11th grade pupils was conducted.

Keywords: physical culture, the GTO complex, motivation, pupils, scoolmasters.

Важным компонентом, во многом определяющим отношение учащихся к тем или иным явлениям социальной действительности, является отношение педагогов к этим явлениям. Твёрдая, обоснованная позиция учителя, как правило, приводит к стимулированию активности у его учеников. Особенно остро эта зависимость проявляется при организации школьной физической культуры, где по разным причинам определяющей для учащихся может стать позиция не только учителя физической культуры, но и классного руководителя или любого другого авторитетного педагога. В полной мере это касается и отношения к всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО), возрождение которого стало ключевым проектом последнего десятилетия и вызвало всплеск научно-исследовательского интереса [1-4].

Целью нашего исследования стало изучение отношения учителей-предметников к возрождению комплекса «ГТО» и его сопоставление с позицией девушек, обучающихся в старших классах. В процессе исследования мы попытались установить сходство и различие педагогической и ученической позиций для того чтобы в дальнейшем наметить эффективные направления работы по мотивации школьников и учителей к участию в сдаче норм ГТО.

В исследовании участвовали педагоги и учащиеся 10-11 классов МАОУ гимназии №16 города Тюмени. Респондентам предлагалось выразить своё отношение к различным аспектам возрождения ГТО. Общее число опрошенных составило 54 человека. Из них: 22 женщины-педагога по общеобразовательным предметам и 32 старшеклассницы.

В результате исследования было установлено, что 100 % педагогов владеют знаниями о комплексе ГТО и могут объяснить его суть учащимся. Однако на осведомлённости школьниц это не отразилось. Среди опрошенных только 76 % старшеклассниц ответили, что знают и могут объяснить что такое комплекс ГТО, 24 % что-то слышали, но объяснить не могут.

Отвечая на вопрос: «Как вы относитесь к идее возвращения комплекса ГТО в образовательные учреждения?» большинство школьниц и педагогов высказались положительно (таблица 1). Однако среди девушек было выявлено значительное число тех, кого этот процесс оставил безучастным (41%). Остаётся надеяться, что положительно настроенные педагоги смогут изменить эту позицию школьниц на более оптимистичную.

Таблица 1

Распределение ответов на вопрос «Как вы относитесь к идее возвращения комплекса ГТО в образовательные учреждения?»

респонденты	Ответы (%)		
	положительно	отрицательно	мне все равно
педагоги	91		9
школьницы	53	6	41

Отвечая на вопрос об обязательности участия в мероприятиях по сдаче норм ГТО, 87% девушек и 72,7 % педагогов высказались за то, чтобы этот процесс носил добровольный характер. Соответственно, 27,3% и 13% респондентов считает, что участие должно быть обязательным. Очевидно, что педагогам в большей степени близка директивность решений. Даже в той сфере, которая напрямую не связана с их профессиональной деятельностью.

Настораживающей оказалась позиция педагогов, среди которых только 9% хотели бы сами принять участие в сдаче норм ГТО (таблица 2). В числе девушек таких желающих было выявлено гораздо больше – 50 %. В связи с этим возникает сомнение в том, что педагогам удастся эффективно стимулировать к участию в этом процессе своих подопечных.

Таблица 2

Распределение ответов на вопрос «Хотели бы вы сами принять участие в сдаче норм ГТО?»

респонденты	Ответы (%)		
	да	нет	возможно
педагоги	9	18,2	72,8
школьницы	50	18	32

При выборе мотива участия в сдаче норм ГТО, определяющим для девушек стало желание получить значок, а вот улучшить свое здоровье путем участия в сдаче норм комплекса ГТО предполагает только 18% учащихся. Для 21% девушек основным мотивом является получение дополнительных баллов к результатам ЕГЭ, что является вполне ожидаемым (таблица 3). А вот выбор мотивов педагогами оказался неожиданным: для большинства стало превалирующим желание поучаствовать в массовых мероприятиях (54,7%), т.е. большая часть педагогов недооценивает значение комплекса ГТО в укреплении здоровья и улучшении физических кондиций и руководствуется мотивами развлечения.

Таблица 3

Распределение ответов на вопрос «Что для вас станет решающим при сдаче норм ГТО?»

Ответы (%)	респонденты	
	педагоги	школьницы
Желание получить значок	9	37
Желание поучаствовать в массовых спортивных мероприятиях и соревнованиях	54,7	18
Желание продемонстрировать свои физические данные		9
Желание избежать неприятностей, если это обязательное мероприятие	9	3
Желание улучшить своё здоровье	27,3	12
Свой вариант	0	21

При изучении ответов на вопросы: «На какой значок вы хотели бы сдать нормы ГТО?», «На какой значок вы смогли бы сдать нормы ГТО?», было установлено, что уровень

притязаний школьниц и педагогов имеет существенные отличия. Так 43 % девушек хотели бы сдать нормы ГТО на золотой значок, но только 28 % девушек считают, что смогут его получить в реальности; по 19 % девушек думает, что справится с нормами на серебряный и бронзовый значок.

У педагогов при оценивании того что хочется и того, на что в реальности можно претендовать, различий в ответах выявлено не было. По 9 % педагогов хотели бы получить серебряный и бронзовый значки, одновременно считая, что могут справиться с этими нормативами. А вот число педагогов, считающих, что не справятся с нормативами значительно больше, чем число школьниц – 82 % и 34 % соответственно.

В случае если старшеклассницам не удастся сдать нормы ГТО с первого раза, 50 % из них готовы попробовать еще раз и только 18 % сдавать повторно не хотели бы. В отличие от них большинство педагогов (72,7 %) даже мысли не допускают о повторной сдаче нормативов, т.е. проявлять настойчивость и целеустремлённость в этом направлении они не собираются. Можно усомниться, что подобная позиция будет стимулировать активность тех учащихся, которые сомневаются в необходимости участия в этом процессе.

Отвечая на вопрос о том, с каким упражнением они справились бы точно, большинство педагогов отметили бег на дистанцию 100 м, поднимание туловища из положения лежа на спине, наклон вперёд, туристический поход и стрельбу. Девушки отметили: бег на дистанцию 100 м, наклон вперёд, поднимание туловища из положения лежа на спине и бег на дистанцию 2 км. Очевидно, что опыт весьма распространённых и доступных в советское время туристических походов и стрельбы в тире, полученный большинством педагогов в детские и юношеские годы, оказался продуктивным, чего нельзя сказать о современных детях, практически лишённых возможности осуществлять такие виды физкультурно-спортивной деятельности.

В опросе респондентам предлагалось убрать одно упражнение из современного комплекса ГТО и объяснить причину выбора. Девушки выбрали упражнения: метание спортивного снаряда, плавание 50 м, и стрельбу из пневматической винтовки, объясняя это тем, что у них нет условий для метания таких снарядов, они не умеют плавать, никогда не стреляли и «это опасно». Педагоги ограничились исключением бега на длинные дистанции – 2 и 3 км.

Настораживает и то, что на вопрос: «Считаете ли вы, что введение комплекса ГТО будет стимулировать молодежь заниматься физкультурой?» 100% педагогов и только 78 % учениц ответили положительно. Очевидно, что педагоги не совсем владеют информацией об истинных потребностях и возможностях подрастающего поколения.

Таким образом, изучение отношения учителей-предметников к возрождению комплекса «ГТО» и его сопоставление с позицией старшеклассниц позволило выявить как положительные, так и негативные тенденции. С одной стороны, учителя в целом позитивно относятся к возрождению комплекса, знают о его содержательных особенностях, считают его нужным и эффективным средством подготовки подрастающего поколения. А значит, в своей педагогической деятельности они потенциально способны донести нужную информацию до учащихся и мотивировать их к участию в сдаче норм ГТО. С другой стороны, педагоги слабо мотивированы на своё собственно участие в сдаче норм ГТО, обладают низкими кондициями и не желают их тренировать. Этот недостаток может существенно снизить эффективность мероприятий по мотивации школьников к участию в сдаче норм ГТО.

Литература

1. Всероссийский физкультурно – спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: документы и методические материалы / Н.В Паршикова – Москва: Советский спорт, 2014 – 60 с.

2. Золотухин, Е.А. Результаты изучения отношения студентов к участию в сдаче норм комплекса ГТО / Е.А.Золотухин, И.В.Стародубцева. // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Казань - 2015. - С. 515-516.

3. Манжелей И.В. Реализация в вузе Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" / И.В.Манжелей // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта. Проекты и технологии внедрения Всероссийского физкультурного комплекса ГТО. Материалы XIII Всероссийской научно-практической конференции/ Часть 1. - 2015. - С. 187-191.

4. Стародубцева И.В. ГТО в общеобразовательной школе: проблемы и перспективы внедрения / И.В.Стародубцева, Н.Л.Стародубцев // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта: опыт и перспективы развития. Материалы XII Всероссийской научно-практической конференции - 2014. - №1 - С. 221-223.

796.015.12

А. А. Поликарпчук

МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ 13-15 ЛЕТ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа» №2, Россия, Сахалинская область, город Невельск, эл.почта: polik_1976@mail.ru

Аннотация статьи: *содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени, обуславливает необходимость специальной подготовки учащихся к выполнению нормативов в условиях общеобразовательной школы. Основными средствами подготовки являются специальные упражнения для развития быстроты, выносливости, силы и гибкости. Их целенаправленное использование в педагогическом процессе с учётом требований физкультурно-спортивного комплекса увеличивает двигательные возможности школьников, их готовность к трудовой и оборонной деятельности.*

Ключевые слова: *школьники, физическая подготовка, готовность к трудовой и оборонной деятельности.*

Polikarpchuk Alexei

METHOD OF PREPARATION OF STUDENTS 13-15 YEARS TO MEET STANDARDS ALL-RUSSIAN SPORTS COMPLEX "READY FOR LABOR AND DEFENSE"

Municipal budget educational institution "Secondary school» №2, Russia, Sakhalin Oblast, the city of Nevelsk, e-mail: polik 1976@mail.ru

Abstract Article: The content of All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense" (TRP) IV stage, necessitates special preparation of students for the implementation of standards in the conditions of a comprehensive school. The main tools are training special exercises for development of speed, endurance, strength and flexibility. Their purposeful use in the pedagogical process, taking into account the requirements of sports complex motor increases the possibility of students, their willingness to work and defense activities.

Keywords: students, physical training, readiness for labor-Annual and defense activities.

Актуальность исследования: В связи с введением комплекса Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в систему школьного образования, возникает необходимость создания условий для подготовки учащихся к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

Объект исследования: процесс физического воспитания детей среднего школьного возраста.

Предмет исследования: специальная подготовка школьников 13-15 лет к выполнению обязательных испытаний Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени.

Цель исследования: разработать методику специальной подготовки школьников 13-15 лет к выполнению обязательных испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного

комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени и обосновать её эффективность в ходе педагогического наблюдения.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что целенаправленное применение в образовательном процессе по физической культуре школьников 13-15 лет специальных упражнений на развитие основных физических качеств, положительно повлияет на уровень сдачи обязательных испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени.

Задачи исследования

1. Изучить содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени.

2. Определить средства специальной подготовки к выполнению обязательных испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени.

3. В процессе исследования обосновать эффективность применения методики специальной подготовки к выполнению обязательных испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени.

Методы исследования: анализ литературных источников, педагогическое наблюдение, педагогическое тестирование, методы математической статистики.

Организация исследования

Исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ №2» г. Невельска. В исследовании принимали участие школьники 13-15 лет, посещающие школьную секцию по ОФП. Выборка данной группы испытуемых составила 40 человек (20 мальчиков и 20 девочек), которые были поделены на 2 подгруппы: группа А - 20 школьников (10 мальчиков и 10 девочек) и группа Б - 20 человек (10 мальчиков и 10 девочек). Достоверных различий между группами по уровню развития физических качеств не обнаружено ($P > 0,05$), что говорит об однородности исследуемых групп.

Исследование включало три этапа, которые не имели жестких границ по времени выполнения исследовательской работы.

Первый этап (июль - август 2015 г.) был преимущественно посвящен изучению и анализу литературных источников по теме исследования, определению проблемы исследования, анализу рабочих программ по физической культуре для общеобразовательных школ. Определялись методы, база проведения, объект, предмет, цели и задачи исследования.

На втором этапе (сентябрь 2015 г. - апрель 2016 г.) было проведено педагогическое наблюдение. В школьную программу по физическому воспитанию в наблюдаемой группе, был внедрён разработанный нами комплекс упражнений на формирование специальной подготовленности к выполнению обязательных испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени, основанный на принципах спортивной тренировки.

В начале наблюдения было проведено предварительное тестирование школьников 13-15 лет (IV ступени).

На третьем этапе (апрель 2016 г.) – завершение наблюдения и проведение контрольного тестирования, сравнение полученных данных с начальными (исходными) показателями. Анализ результатов исследования и подведение итогов. Длительность педагогического наблюдения – 7 месяцев.

Содержание занятий в ходе исследования

В ходе наблюдения занятия проводились как в группе А, так и в группе Б - три раза в неделю. В группе Б организация занятий базировалась не на школьной программе по ОФП, а на тренировочных группах сформированных по результатам тестовых испытаний с учётом уровня развития двигательных качеств. Результаты тестовых испытаний, оценивающих быстроту и общую выносливость, позволили выявить учащихся с высокой аэробной работоспособностью, характеризующихся относительно более высоким уровнем проявления

общей выносливости и низким – скоростных качеств (группа 1) Группу 2 составили учащиеся с выраженной анаэробной работоспособностью, показывающие относительно высокие результаты в беге на 60 метров, но низкие в беге на 2 км. Дети с относительно равномерным проявлением скоростных качеств и общей выносливости были определены в 3-ю группу.

Тренировочная программа вариативной части занятий для школьников с выраженной аэробной работоспособностью реализуется на базе макроцикла с преимущественным развитием общей выносливости. Мезоцикл включал два микроцикла на развитие общей выносливости и один - на развитие скоростно-силовых качеств. При планировании содержания занятий средства подбирались таким образом, чтобы обеспечить преимущественное развитие выносливости (табл. 1).

Таблица 1

Содержание вариативных частей программы группы Б и соотношение объёмов физических нагрузок различной направленности с учетом развития двигательных качеств учащихся

С выраженной аэробной работоспособностью	С выраженной анаэробной работоспособностью	С равномерным проявлением скоростных качеств и выносливости
1. Теоретическая подготовка – 5% 2. Техническая подготовка - 5% 3. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов – 5% 4. Силовые упражнения – 10% 5. Упражнения на развитие гибкости – 10 % 6. Беговые упражнения – 65 %, из них: 72-77 % - на развитие общей выносливости; 23-28 % - на развитие скоростных качеств	1. Теоретическая подготовка – 5 % 2. Техническая подготовка – 5 % 3. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов – 5 % 4. Силовые упражнения– 10% 5. Упражнения на развитие гибкости – 10 % 6. Беговые упражнения – 65%, из них: 52-58 % - на развитие общей выносливости; 42-48% - на развитие скоростных качеств	1. Теоретическая подготовка – 5 % 2. Техническая подготовка – 5 % 3. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов – 5 % 4. Силовые упражнения – 10 % 5. Упражнения на развитие гибкости – 10 % 6. Беговые упражнения – 65 %, из них: 62-68 % - на развитие общей выносливости; 32-38 % - на развитие скоростных качеств
Все упражнения носят тренирующий характер		

Для детей с равномерным развитием скоростных качеств и общей выносливости занятия проводились на базе макроцикла, направленного на развитие как скоростных, так и общей выносливости. Мезоцикл включал два микроцикла на развитие общей выносливости и два на развитие скоростных качеств, которые чередовались в определённой последовательности. При планировании содержания занятий средства подбираются таким образом, чтобы обеспечить равномерное развитие скоростных качеств и выносливости (табл. 1).

В группе Б каждое 3-е занятие проводилось в соответствии с вариативной частью программы, она же включалась в содержание основной части программы в объёме 35-45 % от общего количества времени в остальные два занятия физической культурой. В вариативной части акцент делался на применении беговых упражнений.

Основные результаты исследования и их обсуждение.

Анализ полученных данных с помощью методов математической статистики до проведения наблюдения и после показал, что между группами А и Б имеются существенные различия (табл. 2).

Результаты нашего исследования показали, что благодаря использованию упражнений для специальной подготовки школьников 13-15 лет, в группе Б отмечена положительная динамика выполнения во всех без исключения тестах ВФСК ГТО IV ступени, а в группе А была отмечена незначительная динамика в тестах. Так в тесте «Бег на 60 метров» мальчи-

ки, группа Б превзошла группу А на 11,6 %, а у девочек на 8,2 %. В тесте «Бег на 2 км.» мальчики, группа Б превзошла группу А на 6,7 %, а у девочек на 5,8 %.

Таблица 2

Динамика показателей уровня физической подготовленности учащихся 13-15 лет в ходе исследования

Тесты	Пол	Группы	Сентябрь X ± m	t	p	Март X ± m	Достоверность %	t	p
Бег на 60 м, (с)	М	А	10,03±0,12	0,96	*>0,05*	9,73±0,11	2,9	1,12	*>0,05*
	М	Б	9,98±0,13	1,12	*>0,05*	8,53±0,11	14,5	3,52	*<0,05*
	Д	А	11,32±0,14	1,26	*>0,05*	10,85±0,12	4,2	1,45	*>0,05*
	Д	Б	11,23±0,14	1,28	*>0,05*	9,84±0,13	12,4	2,88	*<0,05*
Бег на 2 км, (с)	М	А	597,3±6,9	1,34	*>0,05*	576,6±6,4	3,5	1,45	*>0,05*
	М	Б	600,2±7,2	1,23	*>0,05*	538,8±6,1	10,2	3,11	*<0,05*
	Д	А	725±7,1	1,12	*>0,05*	715±6,7	1,4	1,23	*>0,05*
	Д	Б	727±6,8	1,09	*>0,05*	675±6,4	7,2	3,11	*<0,05*
Подтягивание на высокой перекладине из виса,	М	А	4,5±0,72	0,85	*>0,05*	6,1±0,81	35,5	2,29	*<0,05*
	М	Б	4,6±0,74	1,03	*>0,05*	9,0±0,94	95,6	3,34	*<0,05*
Подтягивание на низкой перекладине из виса лёжа, (кол-во раз)	Д	А	12,5±0,41	1,14	*>0,05*	14,2±0,46	13,6	1,38	*>0,05*
	Д	Б	11,8±0,39	0,96	*>0,05*	17,8±0,51	50,8	2,50	*<0,05*
Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на скамье (см)	М	А	6,3±0,34	1,17	*>0,05*	7,3±0,46	15,9	1,77	*>0,05*
	М	Б	6,2±0,41	1,23	*>0,05*	10,8±0,58	74,2	2,27	*<0,05*
	Д	А	9,8±0,56	1,12	*>0,05*	12,6±0,68	28,6	2,13	*<0,05*
	Д	Б	9,6±0,54	1,11	*>0,05*	15,9±0,72	65,6	2,23	*<0,05*

В тесте «Подтягивание из виса на высокой перекладине» мальчики, группа Б также превзошла группу А на 60,1 %, а у девочек на 37,2 %. В тесте «Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на скамье» мальчики, группа Б превзошла группу А на 58,3 %, а у девочек на 37 %.

Сопоставляя результаты тестирования учащихся с таблицей нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени, мы выяснили, что на «золотой» знак до наблюдения, в группе А не сдал никто, на «серебряный» - 5 человек (25 %), на «бронзовый» - 7 человек (35 %), без знака - 8 человек (40 %), в группе Б: на «золотой» знак также не сдал никто, на «серебряный» - 4 человека (20 %), на «бронзовый» - 8 человек (40 %), без знака - 8 человек (40 %). После наблюдения результаты изменились и составили в группе А: «золотой» знак - 1 человек (5 %), «серебро» - 6 человек (30 %), «бронза» - 8 человек (40 %), без знака - 5 человек (25 %), в группе Б: на «золото»

сдали - 8 человек (40 %), «серебро» - 7 человек (35 %), «бронза» - 5 человек (25 %), без знака - 0%. Группа Б превзошла группу А по количеству золотых знаков на 35 %.

Это позволило нам сделать вывод о том, что представленная выше методика положительно влияет на процесс подготовки школьников 13-15 лет к выполнению обязательных испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV ступени и способствует повышению их готовности к трудовой и оборонной деятельности.

Библиографический список

1. Лях В.И., Зданевич А.А.. Физическая культура: Учебник для учащихся 8 - 9 классов общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2008. 207 с.
2. Лях В.И., Зданевич А.А..Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 - 11 классов. М.: Просвещение, 2006. 127 с.
3. Физическая культура. 5 - 7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.; под ред. М.Я. Виленского. М.: Просвещение, 2009. – С. 156.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: Изд. центр «Академия», 2001. 290 с.

УДК 796.011.1

В.М. Липов

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

Университетский колледж федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Оренбургский государственный университет», г. Оренбург, Россия, e-mail: sk502@yandex.ru

Аннотация. *В статье физическая культура рассматривается как одна из граней общей культуры, целью которой видится в формировании основ физической и духовной культуры личности, повышении ресурсов здоровья как системы ценностей, активно и долгосрочно реализуемых в здоровом стиле жизни. Рассмотрены основные направления содержания физкультурного воспитания.*

Ключевые слова: *культура личности, физическая культура, физическое воспитание, тренировка.*

V. M. Lipow

THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE IN MODERN SOCIETY

University College Federal state budgetary educational institution of higher professional education "Orenburg state University", Orenburg, Russia, e-mail: sk502@yandex.ru

Abstract. *In the article the physical culture is considered as one of the faces of the General culture, the aim of which is seen in the formation of the foundations of physical and spiritual culture of the individual, improve health resources as a system of values that actively and sustainably implemented in a healthy lifestyle. The main directions of the content of physical education.*

Key words: *culture, identity, physical culture, physical education and training.*

Одними из первых документов, в которых отражались новые положения и взгляды на необходимость реформирования и развития физической культуры в нашей стране, являются «Концепция развития физической культуры», «Программа физического воспитания населения СССР», «Концепция непрерывного физического образования детей и учащейся молодежи»[1], [2].

Физическая культура рассматривается как одна из граней общей культуры, во многом определяющая поведение человека в обществе, способствующая решению

социально-экономических, воспитательно-образовательных и оздоровительных задач. Главной целью развития физической культуры в стране декларировалось неуклонное повышение уровня физической культуры народа как важнейшего условия укрепления здоровья людей, формирования их разумного и достойного образа жизни [3].

Таким образом, повышение эффективности физического воспитания учащейся молодежи в упомянутых документах рассматривалось как ключевая проблема развития физической культуры и важнейшая задача современного общества.

Однако, как показала практика, до сих пор кардинальных изменений в решении этой проблемы не произошло. Безусловно, значительное негативное влияние оказали социально-экономические потрясения, которыми сопровождалось последнее десятилетие прошлого столетия. Дело не только в них, а в отсутствии достаточно ясных представлений о сути причин, лежащих в основе низкой эффективности школьной физической культуры.

Цель физического воспитания подрастающего поколения видится в формировании основ физической и духовной культуры личности, повышении ресурсов здоровья как системы ценностей, активно и долгосрочно реализуемых в здоровом стиле жизни.

В разработанной Проблемным научным советом РАО и РГАФК концепции указывается на необходимость целенаправленной деятельности, направленной на осознание учащимися жизненной важности занятий физическими упражнениями путем формирования интеллектуального компонента физической культуры, подкрепляемых приобретенными умениями и навыками рационального управления своим психофизическим состоянием, способностью изменять его в заданных пределах.

Один из инновационных подходов связан с теоретическим обоснованием системы физкультурного воспитания как альтернативы физическому воспитанию.

Содержание физкультурного воспитания включает в себя три основных направления: социально-психологическое, интеллектуальное и двигательное (телесное) воспитание. Сущность социально-психологического воспитания сводится к процессу формирования жизненной философии, убежденности, потребностно-деятельностного отношения к освоению ценностей физической культуры. Содержание интеллектуального воспитания предполагает возможность формирования у человека комплекса теоретических знаний, охватывающих широкий спектр философских, медицинских и других аспектов, тесно связанных с физкультурными занятиями. Специфическая часть физкультурного воспитания заключается в решении двигательных задач: формировании двигательных умений и навыков, развитии физических качеств, а также возможности рационального использования своего физического потенциала.

По мнению Л.И. Лубышевой, только путем кардинальных изменений в организационных структурах, учебных заведениях можно поднять авторитет и престиж занятий физическими упражнениями, добиться подлинной массовости физкультурно-спортивного движения.

В 1997 г. произошло одно из самых значительных событий в научном мире в направлении пересмотра устоявшейся парадигмы классно-урочной системы физического воспитания школьников и обоснования кардинальных изменений в этой области. В концепции конверсии основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания впервые в РФ предлагается адаптировать высокие технологии спортивной подготовки к массовому применению, и прежде всего в образовательных учреждениях [4].

«Тренировка – главный и основной элемент содержания физической активности человека, она не является прерогативой только тех людей, которые занимаются спортом высших достижений или в системе базового спорта. Только на основе тренировки можно изменить физическое состояние человека».

Таким образом, неудовлетворительное обеспечение необходимого уровня физкультурного образования населения в системе общего образования, когда для этого уже

имеются уникальные методологические возможности и опыт экспериментальной работы во многих регионах РФ, приводит к необходимости дополнительных и значительно менее эффективных затрат в дальнейшем. На наш взгляд, данное обстоятельство является одним из наиболее весомых аргументов, обусловливающих необходимость более решительного реформирования школьной физической культуры, предполагающего акцентированное внимание и применение адекватных форм к ее образовательному и двигательному компонентам.

Список литературы

1. Концепция развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2005 года // Теория и практика физ. культуры. – 2001. – № 4. – С.

2. Концепция непрерывного физического образования детей и учащейся молодежи / ВНИИФК. – М., 1989.

3. Кузин В.В. Научные приоритеты в физическом воспитании и спортивной подготовке детей и юношества (первые итоги работы Проблемного научного совета по физической культуре РАО) / В.В. Кузин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1998. – № 2. – С. 2 – 5.

4. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека / Л.И. Лубышева. – М.: РГАФК, 1992

УДК 796.92

Т.В. Брюховских, к.п.н.; Д.А. Шубин, к.п.н, доцент

СОСТОЯНИЕ СТУДЕНЧЕСКИХ ЛЫЖНЫХ ГОНОК В МИРЕ, РОССИИ И КРАСНОЯРСКОМ КРАЕ

Сибирский федеральный университет, г. Красноярск, Россия, tanybr@mail.ru, shubin-d-a@mail.ru

В статье рассмотрен вопрос о популяризации и развитии студенческих лыжных гонок в мире, России и Красноярском крае. Большое внимание к Универсиадам послужило толчком к повышению роли студенческого спорта в системе спорта высших достижений. С каждым годом увеличивается не только количество участников соревнований по лыжным гонками на Универсиадах, но и уровень их мастерства. Студенческий резерв можно смело представить в виде ресурсов для спорта высших достижений.

Ключевые слова: Всемирная Универсиада, Всероссийская универсиада, Краевая Универсиада, лыжные гонки, студенческий спорт, лыжники.

T. Bryukhovskikh, Ph.D.
D. Shubin, Ph.D, assistant professor

STATE STUDENT SKI RACE IN THE WORLD, AND RUSSIA KRASNOYARSK REGION

Siberian Federal University, Krasnoyarsk, Russia, tanybr@mail.ru, shubin-d-a@mail.ru

The article deals with the question of the promotion and development of the student's ski races in the world, Russia and the Krasnoyarsk Territory. Great attention to the Universiade was an incitement to increase the role of university sports in the high performance sport. Every year increases not only the number of competitors in cross-country race at the Universiade, but also their level of skill. Student reserve can be easily represented as a resource for high performance sport.

Keywords: World University Games, All-Russian Universiade, Universiade Marginal, skiing, student sports, cross-country skiers.

Всемирная Универсиада - всемирные студенческие спортивные соревнования, учрежденные в 1924 году. Проводятся Международной федерацией университетского спорта (FISU; основана в 1949 году).

История студенческого спорта началась в 1905 году, когда в США прошли первые международные соревнования среди студентов. В 1919 году Жаном Птижаном была создана Конфедерация студентов. Под эгидой этой организации в 1923 году состоялись первые Всемирные университетские игры в Париже. В 1959 году в Турине (Италия) прошла первая Универсиада. Именно тогда родилось и новое название Игр – «Универсиада», означающее «универсальность», «единство», «университет». С тех пор каждые два года проводятся летние и зимние Универсиады. Девиз Универсиады: «Наука - Спорт - Дружба - Мир». Советские студенты участвуют в Универсиаде с 1957 года [3].

Первая Всемирная зимняя Универсиада прошла в 1960 году в г. Шамони (Франция). Лыжные гонки сразу вошли в программу соревнований первой Универсиады. Количество дисциплин, в которых соревнуются лыжники на Всемирных Универсиадах, постепенно росло, и к 2015 году соревнования проходили уже по 11 видам.

На последних четырёх Всемирных зимних Универсиадах сборная России неизменно занимала первое место в неофициальном общекомандном зачёте. Всего же за последние 10 лет на Всемирных студенческих играх российскими спортсменами было добыто 608 медалей разного достоинства.

Одним из самых успешных видов спорта для сборной России являются лыжные гонки. Практически в каждой гонке представители России завоевывают медали, а в отдельных дисциплинах на пьедестал почета поднимается более чем один спортсмен (таблица 1).

В России с 2010 года стали проводиться Всероссийские зимние Универсиады. Основными задачами проведения Универсиады являются популяризация зимних видов спорта, повышение уровня физкультурно-спортивной работы в образовательных организациях высшего образования и выявление сильнейших спортсменов для участия в международных студенческих соревнованиях, студенческих Чемпионатах Европы, мира и Всемирных Универсиадах [2].

Таблица 1 – Результаты медального зачета сборной России по лыжным гонкам на Всемирных зимних Универсиадах

Год	Место проведения	Золотые медали	Серебряные медали	Бронзовые медали	Всего медалей
2009	г. Якубли, (Китай)	10	5	7	22
2011	г. Эрзурум (Турция)	6	5	2	13
2013	г. Трентино (Италия)	6	4	5	15
2015	г. Штрбске-Плесо (Словакия)	7	5	5	17

Виды спорта, входящие в программу I, II и III Всероссийских зимних Универсиад оставались неизменными: биатлон, горнолыжный спорт, конькобежный спорт, лыжные гонки, сноуборд, спортивное ориентирование, хоккей (мужчины). В 2016 году на IV Всероссийской зимней Универсиаде запланированы соревнования всего по 4 видам спорта: биатлон, конькобежный спорт, лыжные гонки, спортивное ориентирование.

Соревнования среди лыжников на протяжении всех Универсиад (2010, 2012, 2014 и запланированной 2016) остаются неизменными и проводятся по следующим дисциплинам [2]:

- свободный стиль 5 км женщины;
- свободный стиль 10 км мужчины;
- классический стиль 10 км женщины;
- классический стиль 15 км мужчины;
- классический стиль спринт мужчины, женщины;
- эстафета (4 х 10 км) мужчины;

- эстафета (3 х 5 км) женщины.

Максимальное количество ВУЗов и участников в соревнованиях по лыжным гонкам зафиксировано на Универсиаде, проходившей в г. Уфа в 2012 году. Также в этот год было зафиксировано наибольшее количество мастеров спорта и даже один заслуженный мастер спорта по лыжным гонкам. А количество спортсменов, имеющих разряд кандидат в мастера спорта, увеличивалось от Универсиады к Универсиаде (таблица 2).

Таблица 2 - Статистика участников в соревнованиях по лыжным гонкам на Всероссийских зимних Универсиадах

Год	Кол-во вузов	Кол-во участников			ЗМС	МС	КМС	Разрядники
		муж	жен	всего				
2010	10	40	35	75	-	20	47	8
2012	13	63	58	121	1	39	59	22
2014	13	54	50	104	-	28	63	23

По количеству спортсменов, имеющих спортивное звание и разряд, можно говорить о том, что лыжные гонки является популярным видом спорта среди студентов.

В 2010 и 2012 году победу в общекомандном зачете по лыжным гонкам одержала сборная команда Сибирского федерального университета (г. Красноярск), а второе место заняла сборная Тюменского государственного университета. В 2014 году эти две сборные поменялись местами.

Одним из важных направлений в области физической культуры и спорта в Красноярском крае является развитие и поддержка студенческого спорта на территории региона.

В Красноярском крае порядка 20 высших учебных заведений, в которых около 24 000 человек систематически занимаются спортом в спортивных секциях при вузе. 7 вузов края имеют свои спортивные клубы, где занимаются около 10 000 человек. Ежегодно проводится Краевая Универсиада среди студентов высших учебных заведений Красноярского края. Она включает 19 видов спорта, среди которых как зимние, так и летние виды [1].

Краевая межвузовская Универсиада по лыжным гонкам проводится ежегодно, начиная с 2009 года. В соревнованиях принимает участие до 10 команд вузов города и края. Программа соревнований по лыжным гонкам краевой Универсиады на протяжении 7 лет не менялась. Она включает в себя индивидуальную гонку свободным стилем на дистанции 5 км (женщины) и 10 км (мужчины), индивидуальный спринт классическим стилем (мужчины и женщины) и эстафетную гонку женщины 4 х 3км, мужчины 4 х 5км.

Неизменно победителями каждый год становится сборная команда по лыжным гонкам Сибирского Федерального Университета, а сборная команда Красноярского государственного педагогического университета имени В.П. Астафьева занимает второе место. По итогам общекомандного зачета Сибирский Федеральный Университет получает право представлять свой ВУЗ на Всероссийской зимней Универсиаде.

В связи с активным развитием студенческого спорта, Универсиада становится одним из главных событий, не только в спортивной жизни России и мира, а также в отдельных регионах. Многие олимпийские чемпионы и призеры не только в лыжных гонках, но и в других видах спорта, являются студентами или тренируются в университетских клубах. Такие студенты-спортсмены составляют сильную конкуренцию для профессиональных спортсменов. Поэтому студенческий спорт нельзя оставлять в стороне, рассматривая спорт высших достижений. Студенческий резерв можно смело представить в виде ресурсов для пополнения рядов профессиональных спортсменов.

Библиографический список

1. Близневский А.Ю. Выход Красноярского края на международный уровень проведения студенческих мероприятий как результат развития регионального студенческого спортивного движения / Близневский А.Ю., Близневская В.С. // Вестник Томского государственного университета. -2014. - №379. - С.170-174.
2. Электронный ресурс: http://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/ universiady-spartaki/
3. World student games (pre-universiade). GBR Athletics. Retrieved on 2010-12-10.

УДК 796.062

Е.А. Калиева; Е.В. Хромин, к.п.н., доцент

PR КАК ЭЛЕМЕНТ ИННОВАЦИОННОЙ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ

Тюменский государственный университет, Муниципальное автономное учреждение «Тюменский городской многопрофильный центр», г. Тюмень, Российская Федерация, elena.kalieva@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается PR-деятельность информационно-аналитического отдела МАУ «Тюменский городской многопрофильный центр» как интегрирующий комплекс между учреждениями отрасли спорта и молодежной политики, департаментом по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени, институтом физической культуры ТюмГУ. Научное обоснование позволяет PR стать элементом инновационной системы управления физической культурой и спортом на муниципальном уровне, что, в свою очередь, способствует внедрению инноваций, а именно это и является основной целью Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года.

Ключевые слова: PR, коммуникационный менеджмент, системные инновации, инновационная модель.

E. Kalieva

PR AS THE ELEMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT MANAGEMENT INNOVATIONAL SYSTEM ON MUNICIPAL LEVEL

Municipal Autonomous institution "Tyumen city multi-field center", Tyumen, Russian Federation, elena.kalieva@mail.ru

Article considers the PR activity of the «Tyumen municipal multisectoral center» press-service as integrating complex between municipal sport and youth establishments, sport and the youth policy department and physical culture institute of the Tyumen state university. Scientific explanation makes PR possible to be considered as the element of physical culture and sport management innovational system on municipal level. By-turn, it helps to adopt innovations, that is the chief aim of the physical culture and sport development strategy in Russian Federation till 2020 year.

Key words: PR, communicational management, system innovations, innovative model

Введение. В международной практике PR является важнейшей составляющей частью управленческой деятельности. Любая задача PR-деятельности решается только посредством коммуникационного менеджмента. Наиболее ярко это прослеживается в системе инновационного управления, в том числе в сфере спорта и физической культуры. Об этом свидетельствует и Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, в основу которой заложен переход развития сферы физической культуры и спорта на инновационную модель развития.

С 2013 года специалистами департамента по спорту и молодежной политики Администрации города Тюмени совместно с учеными Тюменского государственного университета ведется разработка теоретических и методических основ стратегического подхода к управлению инновациями в сфере физической культуры и спорта, а также разработка и

апробация механизмов внедрения системных инноваций. Системные инновации – это связанные между собой локальные нововведения, которые оказывают многократно больший, системный эффект и обладают новыми функциями [5, с.7].

В результате данного сотрудничества сформирован муниципальный банк инновационных разработок, проходящих апробацию и внедрение на экспериментальных площадках города Тюмени, который представлен следующими системными инновациями:

- создание кластеров физкультурно-спортивных сооружений муниципальной формы собственности;
- вариативность планирования и организации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства населения (деятельность спорторганизаторов);
- интеграция основного, дополнительного и профессионального образования (проекты «Физкультура по интересам обучающихся 9-11-х классов», «СПОРТ-в общеобразовательную школу», «Организация работы специализированных классов по видам спорта», «Мониторинг физического здоровья и физической подготовленности юных спортсменов», «Спортизация физического воспитания студентов»);
- контроль качества управления детско-юношеским спортом;
- коммуникационный маркетинг и информационное сопровождение сферы физической культуры и спорта[5, с.6].

Рисунок 1. Инновационная модель коммуникационного менеджмента

В рамках данного сотрудничества информационно-аналитический отдел Тюменского городского многопрофильного центра разработал маркетинговую концепцию по продвижению инновационной деятельности департамента по спорту и молодежной политике, проводимую совместно с Институтом физической культуры Тюменского государственного университета. В процессе продвижения должны быть использованы все методы, способы и инструменты различных PR-коммуникаций, включая аналитику и мониторинги, подкрепленные научным обоснованием.

Таким образом, формируется инновационная модель коммуникационного менеджмента (Рисунок 1).

Таким образом, поставленная Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года задача - пропаганда физической культуры и спорта через популяризацию, освещение в СМИ и призму муниципального задания - приобрела принципиально новое значение в PR-деятельности информационно-аналитического отдела. Представляя собой интегрирующий комплекс между учреждениями отрасли, департаментом, институтом физической культуры, информационно-аналитический отдел функционирует за пределами муниципального задания Тюменского городского многопрофильного центра, принимая активное участие в разработке, реализации, контроле и управлении PR-деятельностью, научное обоснование которой позволяет ей стать элементом инновационной системы управления физической культурой и спортом на муниципальном уровне, что, в свою очередь, способствует внедрению инноваций, а именно это и является основной целью Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года.

На модели представлены 4 основных вида деятельности, на которые направлен коммуникационный менеджмент.

Традиционная деятельность включает в себя, по сути, ту работу, которая велась до 2013 года, то есть до введения системных инноваций в сферу спорта и физической культуры. Это 33 спортивных мероприятия по Муниципальному заданию Тюменского городского многопрофильного центра, мероприятия календарного плана департамента (190 ед.) и мероприятия учреждений отрасли (по мере поступления и необходимости). Данный вид деятельности не требует применения особых PR –технологий, работа ведется по отработанной простой схеме взаимодействия со СМИ: анонс мероприятия, фото-сопровождение, итоговый материал с результатами мероприятия.

Инновационная деятельность представлена продвижением проектов, реализуемых в рамках интеграции общего и дополнительного образования. Это «Физкультура по интересам обучающихся 9-11-х классов», «СПОРТ- в общеобразовательную школу», «Организация работы специализированных классов по видам спорта», «Мониторинг физического здоровья и физической подготовленности юных спортсменов», «Спортизация физического воспитания студентов». А также продвижением организации физкультурной работы по месту жительства на территории города Тюмени, организованной на базе 25 учреждений спорта и молодежной политики. Систематическую работу с населением на 170 спортивных объектах проводят 144 спорторганизатора по 37 направлениям, в том числе для инвалидов по 15 направлениям. PR-кампания по данному направлению включает в себя:

- PR новых видов деятельности;
- PR новых мест проведения занятий;
- PR взаимодействия с частными фитнес-клубами;
- Мастер-классы по основным видам деятельности спорторганизаторов;
- Работа с инвалидами;
- Работа с пожилыми людьми;
- Масштабное освещение мероприятий по различным видам деятельности;
- Достижения тюменских спорторганизаторов;

- PR личностей самих спорторганизаторов, в том числе новых, привлеченных.
- Разработка, продвижение, ведение, мониторинг и аналитика;
- групп «Спорторганизаторы Тюмени» в социальных сетях «В контакте» и в Одноклассниках, где в свободной форме и в общем доступе население может задать вопрос, внести предложение или сделать замечание по работе спорторганизаторов. Группы в социальных сетях были созданы в 2012 году. С того момента число зарегистрированных пользователей уже превысило 4 тысячи человек. Если в 2012 году число ежемесячных просмотров новостей в группе "Вконтакте" уникальными (незарегистрированными) пользователями составляло примерно 1300 посещений, то к 2014 году это число выросло до 4 200, в 2015 - до 7 600. На сегодняшний день показатель достигает почти 9000 тысяч незарегистрированных пользователей в месяц.

Внеплановые мероприятия (180 ед.), входящие в структуру инновационной деятельности, по большей мере связаны с вопросами сотрудничества ряда образовательных учреждений различного уровня и партнерских отношений с организациями частных форм собственности (ссузы, вузы, общеобразовательные школы, предприятия и организации города Тюмени, фитнес-клубы и др.). В рамках реализации данной деятельности заключено 92 договора о взаимодействии по организации дополнительного образования и 43 договора по организации физкультурно-спортивной работы по месту жительства.

Стоит отметить, что обозначенное направление требует применения особых PR-технологий от разработки PR-кампании с использованием различных способов PR-коммуникаций до анализа ее результатов и эффективности.

С увеличением количества мероприятий с 2013 года на 40% возросло число фотоальбомов, количество видеосюжетов по мероприятиям отрасли увеличилось на 30%. Каждый квартал выходят в теле- и радиоэфир тематические программы с участием сотрудников департамента. Все чаще выпускаются релизы, которые размещаются на сайтах окружного и федерального значения. Статистику информационного сопровождения помогает также отслеживать поисковая система «Яндекс». В 2015 году пресс-релизы попадали в ТОП- новостей Тюменской области 15 раз. За первый квартал 2016 года - 17 раз. Всего в 2015 году специалистами подготовлено 613 релизов по мероприятиям и событиям отрасли, что на 7% больше по сравнению с предыдущим годом. Из них - 460 материалов по теме спорта и лишь 153 - по молодежной политике.

Информационно-аналитическая деятельность представляет собой совокупность информационных процессов (сбор, поиск, переработка информации), необходимых для качественного и эффективного процесса управления. Информационный уровень заключается в поиске, сборе, хранении, распространении информации; аналитический уровень заключается в обобщении, классификации информации, ее анализе и преобразовании, разработке выводов, предложений, рекомендаций и прогнозов на основе результатов мониторингов.

Научно-исследовательская деятельность информационно-аналитического отдела ведется под управлением департамента по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени и Института физической культуры ТюмГУ. Она включает в себя формирование теоретической базы, разработку учебно-методических пособий, написание научных статей, докладов. Организацию и проведение учебных семинаров, социологических опросов, участие в научно-практических конференциях по формированию здорового образа жизни. Таким образом, коммуникационный менеджмент в разрезе научно-исследовательской деятельности тесно переплетается с социологией, педагогикой, психологией, философией. Научно-исследовательская деятельность позволяет применять в PR-работе системный анализ как способ мышления по отношению к организации и управлению, комплексный и инновационный подходы, программно-целевое планирование, используемые при разработке и реализации стратегии и тактики маркетинговой концепции.

Выводы. Формирование инновационной модели коммуникационного менеджмента и ее применение в PR как элемента инновационной системы управления физической культурой и спортом на муниципальном уровне позволило частично реализовать комплекс мер по пропаганде физической культуры и спорта, представленных в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года.

Так, благодаря активной пропаганде и популяризации массового спорта и приобщения различных слоев общества к регулярным занятиям физической культурой и спортом, количество систематически занимающихся с 2013 года увеличилось на 34 500 человек (2013г.- 201000. чел., 2014г. -221500 чел., 2015г. – 235500 чел.).

Развитие интеграционных процессов в системе физкультурного образования, совершенствование системы физкультурно-спортивной работы по месту жительства, проведение мероприятий по тестированию населения в рамках выполнения нормативов комплекса «ГТО» позволило значительно увеличить количество реализуемых проектов и проведения мероприятий в отрасли, что, в свою очередь, привело к закономерному росту количества участников мероприятий на 55 708 чел. (2013г. – 319269 чел., 2014г. – 347860 чел., 2015г. – 375004 чел.). На сегодняшний день в проекте «Физкультура по интересам учащихся 9-11 классов» задействовано 17 школ, проект «Спорт в общеобразовательную школу» успешно реализовывается в 32 школах города, проект «Организация работы специализированных классов по видам спорта» осуществляется по 20 видам спорта. Таким образом, доля систематически занимающихся обучающихся общеобразовательных учреждений с 2013 года возросла на 21,2 % и составляет 73,2%.

Инновационная модель коммуникационного менеджмента предполагает включение в коммуникативный процесс всех или нескольких участников одновременно, поскольку коммуникационный менеджмент здесь выступает в роли интегрирующего комплекса между департаментом, учреждениями, Институтом физической культуры, другими образовательными учреждениями и организациями частных форм собственности.

Решение поставленных задач в системе инновационного управления возможно при формировании инновационного подхода к разработке PR-концепции сферы физической культуры и спорта на муниципальном уровне. Инновационный подход основывается на применении интегрированных маркетинговых коммуникаций, синергический эффект которых должен способствовать успешному развитию и продвижению отрасли.

Использованная литература

1. Ванюрихин Г.И. Креативный менеджмент: направления и методы поиска решений// Научный вестник МГТУ ГА № 106 2006 г.
2. Короткова Е.А. Организация мониторинга физического здоровья и физической подготовленности юных спортсменов г. Тюмени//Теория и практика физической культуры №12 2013г. с 21
3. Связи с общественностью: теория, практика, коммуникационные стратегии: учебное пособие / под ред. В.М. Горохов, Т.Э. Гринберг. - М.: Аспект Пресс, 2011. - 199 с. - ISBN 978-5-7567-0598-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104079 (23.07.2016).
4. Семенова, И.И. История менеджмента : учебное пособие / И.И. Семенова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юнити-Дана, 2015. - 199 с. : схемы - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-238-01330-5; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115181 (30.07.2016).
5. Хромин Е.В. Инновационное управление как основа развития школьного, детско-юношеского и массового спорта на муниципальном уровне// Теория и практика физической культуры №12 2015 г. с.6.

Нормативно-правовые акты

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 07.08.2009 № 1101-р, Государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 № 302

УДК 796/799

Г.М. Касаткина, к.п.н., доцент;
З.З. Терликова, И.В. Шекурова

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ОЦЕНКЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
(по материалам социологического исследования)

Муниципальное бюджетное учреждение «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», г. Нижний Тагил, Россия, imcfks@mail.ru

Аннотация: В статье актуализирована проблема недооценки в обществе образовательной, социально-экономической, оздоровительной и воспитательной роли физической культуры и спорта, обозначены некоторые вопросы подготовки и переподготовки тренерско-преподавательских кадров, в частности, раскрыто содержание наиболее важных блоков учебно-тематического плана при реализации образовательных программ повышения квалификации и профессиональной переподготовки.

Ключевые слова: повышение квалификации, профессиональная переподготовка, учебно-тематические планы образовательных программ.

G.M. Kasatkina, candidate of pedagogic Sciences, associate Professor
Z.Z. Terlikova, I.V. Shekurova

SOCIO-PEDAGOGICAL APPROACHES TO THE ASSESSMENT OF A HEALTHY LIFESTYLE OF YOUNGER STUDENTS
(on materials of sociological research)

Municipal budgetary institution "Information and methodological center for physical culture and sport", the city of Nizhny Tagil, Russia, imcfks@mail.ru

Abstract: the article raises the problem of underestimation in society, education, socio-economic, health and educational role of physical culture and sport, identified some issues of preparation and retraining of trainer's and teaching personnel, in particular, revealed the contents of the most important units of the educational-thematic plan in the implementation of educational programs of improvement of professional skill and professional retraining.

Key words: training, professional retraining, educational and thematic plans and educational programs.

Формирование установки современного человека на здоровый образ жизни приобретает исключительную актуальность, так как наше общество отмечает неутешительную статистику: прогрессирующее ухудшение состояния здоровья населения в целом, и учащихся образовательных учреждений всех типов в частности, лишь 10% выпускников могут считаться здоровыми. По данным Министерства здравоохранения РФ, у подростков в 95 случаев из 100 зарегистрированы различные заболевания, которые впоследствии ограничивают учащихся в выборе будущей профессии.

Значительная часть нарушения здоровья у детей вызвана неправильным образом жизни и недостатком двигательной активности. Активная профилактика нарушения здоровья у детей предполагает обучение здоровому образу жизни и формирование правильного отношения детей к своему здоровью. Родителям очень важно научить ребенка заботиться о своем здоровье, формируя навыки, связанные со здоровым образом жизни. Видя заинтересованность родителей, ребенок поймет, что физическая культура нужна всем не на словах, а на деле. Нужно помнить, что фундамент здоровья ребенка закладывается именно в семье.

Необходимость изучения семьи связана с тем, что она является социальным институтом, от функционирования которого зависит благополучие всего общества. Сложность ее изучения вызвана тем, что семья, как малая группа, является закрытой системой, не терпящей постороннего вмешательства.

С целью выявления роли родителей в формировании здоровья и приобщения детей младшего школьного возраста к здоровому стилю жизни в период с января по апрель 2014 года во всех образовательных учреждениях города Нижний Тагил в рамках игры «Я – тагильчанин!» было проведено социологическое исследование по теме «Спорт в моей семье». В исследовании приняло участие свыше **12 000 тысяч** учащихся 1-4 классов.

Результаты анкетирования выявили ряд интересных тенденций в понимании значения физической культуры и спорта, здорового образа жизни для отдельно взятой семьи. Анализ полученных результатов позволил установить следующее.

На вопрос анкеты «Признаете ли вы, что спорт и физическая культура имеют большое значение для гармоничного развития ребенка?» 97,7% респондентов ответили утвердительно.

В анкете содержался вопрос, связанный с занятиями в семье физической культурой и спортом в свободное время. Из трех вариантов («да», «нет», «нерегулярно») ответы распределились следующим образом. Большинство родителей - 6 636 человек, что составляет 55,3% от общего числа целевой аудитории ответили, что занимаются физической культурой и спортом со своими детьми нерегулярно. Утвердительно на этот вопрос ответили 3 660 человек, что составляет 30,5% и не занимаются вообще физкультурно-спортивной деятельностью 1704 человека (14,2%).

Всем респондентам было предложено ответить на вопрос «Сколько времени Вы со своей семьей отводите на физкультурно-оздоровительную деятельность в течение недели?». 1 056 человек (8,8%) вообще не занимаются этой деятельностью никогда, от 30 минут до 1 часа в неделю занимаются 5 244 человека, что составляет 43,7% (это самый высокий показатель по этому вопросу), от 2-х до 3-х часов в неделю тратят на физкультурно-оздоровительную деятельность 4 548 родителей (37,9%), от 4-х до 5-ти часов – 840 человек (7,0%), от 6-ти до 7-ми часов – 276 человек (2,3%). 8 часов и более занимаются этой деятельностью всего лишь 228 человек, что составляет 1,9% (это самый низкий показатель). Следует отметить, что физиологически оправданным считается двигательная активность людей любого возраста как минимум 6-8 часов в неделю, что особенно актуально для школьников младшего школьного возраста. Таким образом, можно сделать однозначный вывод по этому вопросу: семья не обеспечивает должный уровень двигательной активности детей.

На вопрос анкеты, связанный с занятиями физической культурой и спортом родителей детей, ответы распределились следующим образом: 50,3% занимались и 50,7% - не занимались никогда физической культурой и спортом. При этом наиболее популярные виды спорта, которые предпочитали родители, были такие: футбол, волейбол, плавание и лыжи.

Достаточно информативным и полезным для нас был седьмой вопрос анкеты, из которого мы должны были узнать, имеется ли дома у исследуемых детей физкультурное оборудование. У большинства учащихся, а именно у 7 764 человек, что составляет 64,7% от общего числа детей, принимавших участие в анкетировании, никакого спортивного инвентаря и оборудования в семье нет. Анализ имеющегося в семьях инвентаря и оборудования дал следующую картину: у 1 536 человек (12,8%) имеются дома гантели – это самый высокий показатель, на втором и третьем местах велотренажеры и турники, их имеют по 888 семей (7,4%) соответственно, шведскую стенку имеют 756 семей (6,3%), скакалка есть у 528 детей, что составляет 4,4% от общего числа исследуемых.

В ответе на вопрос «Делаете ли Вы или Ваши дети дома зарядку?» надо было выбрать один из трех вариантов ответов: «да», «нет», «иногда». Самый высокий показатель здесь вариант «иногда». Именно так ответили 6 948 респондентов (57,9%). Не делают зарядку по утрам 3 324 ребенка, что составляет 27,7%. Утвердительно на этот вопрос ответили 1 728 человек (14,4%).

При анализе полученных данных, связанных с посещением спортивной секции детьми, обращает на себя внимание довольно низкий процент варианта «да»: 4 464 ребенка, что

составляет 37,2%. Таким образом, 7 536 школьников этого возраста спортивные секции не посещают, а это 62,8%.

Что касается информации о соблюдении режима дня детьми в выходные дни, ответы распределились следующим образом: соблюдают режим дня в выходные дни 4 176 человек (34,8%). В двух других вариантах ответов результаты абсолютно одинаковы: 3 192 ребенка соблюдают иногда режим дня в выходные дни и 3 192 – не соблюдают вообще режим дня в выходные дни (соответственно по 32,6%).

Весьма информативным оказался одиннадцатый вопрос анкеты, касающийся проведения закаливающих мероприятий с детьми в домашних условиях. Абсолютное большинство родителей никаких закаливающих процедур со своими детьми не проводят, эта цифра составляет 10 464 человека, или 87,2% от общего числа исследуемых. И только 1 536 детей (12,8%) занимаются в домашних условиях закаливанием. Полученные по этому вопросу данные говорят о том, что, по-видимому, родители не понимают или не знают огромного значения закаливающих мероприятий для здоровья своих детей.

Анализ ответов на следующий вопрос анкеты, а именно, «Какие места Вы предпочитаете для прогулки с ребенком?», дал следующие результаты: прогулки по лесу проводят 5 580 учащихся (46,5%), в парке гуляют 5 976 человек (49,8%), на детских площадках занимаются 5 940 детей (49,5%) и, наконец, посещают культурно-развлекательные места (цирк, театр и пр.) 3 912 школьников (32,6%).

Всем родителям было предложено ответить, чем занят их ребенок вечерами и в выходные дни, что позволило определить ранговые значения каждого вида занятий.

Анализ видов занятий, которыми охвачены учащиеся младших классов вечерами и в выходные дни, достаточно убедительно показывает реальное отношение целевой аудитории к интересующим нас пунктам «подвижные игры» и «спортивные игры». Остановимся более подробно на этих важнейших компонентах здорового образа жизни. Подвижные игры занимают 3 место в ранговых значениях – 51,2% от общего числа детей, принимавших участие в исследовании, а спортивные игры – 8 место (16,7 % от общего числа школьников), в то время как такие виды занятий, как компьютер, телевизор уверенно занимают 1-2 места в ранговых значениях (67% и 54% соответственно). Анализируя этот факт, можно с уверенностью сказать, что детям младшего школьного возраста присущи приоритеты, которые ухудшают их состояние здоровья при молчаливом согласии родителей.

При анализе полученных результатов, характеризующих ранговые значения основных компонентов здорового образа жизни, обращает на себя внимание тот факт, что и дети, и их родители относительно правильно проранжировали компоненты здорового образа жизни. Особенно радует, что на 1, 2 и 3 места вышли такие важные и значимые компоненты здорового образа жизни, как правильное питание, отказ от вредных привычек и занятия физической культурой и спортом (67,7%, 66,3%, 60,7% соответственно). На значимость гигиены тела и наблюдения за состоянием здоровья (4 и 5 места) ссылаются 4 020 детей, что составляет 33,5% и 30,5% от общего числа детей соответственно. Огорчает то, что на 6 месте оказался такой достаточно важный компонент ЗОЖ, как соблюдение режима дня – только 26,7%. Можно предположить, что чем выше ранг всех вышеперечисленных компонентов, тем выше уровень общей информированности о них и родителей, и учащихся младшего школьного возраста. При этом следует отметить, что особое внимание при пропаганде ценностей ЗОЖ нужно уделить вопросам, связанным с соблюдением режима дня, режима труда и отдыха, гигиены сна детей.

На 15 вопрос анкеты «Что мешает Вам заниматься всей семьей физкультурно-оздоровительной деятельностью?» ответы распределились следующим образом. С большим отрывом на 1 месте оказался весьма ожидаемый ответ на этот вопрос – **«отсутствие свободного времени».** Именно так ответили 9 540 человек, что составляет 79,5% от общего числа исследуемых. Комментарии здесь излишни. Разве можно оправ-

дать нежелание заниматься всей семьей физкультурно-оздоровительной деятельностью со своими маленькими детьми представленным выше фактором, который связан с нездоровым образом жизни? И, наконец, в ответе на последний вопрос нужно было оценить по 5-балльной шкале, насколько стиль жизни отдельно взятой семьи отвечает здоровому образу жизни. Самое большое количество респондентов поставили сами себе оценку «удовлетворительно», таких оказалось 6 504 человек, что составляет 54,2% от общего числа исследуемых. Оценили себя на четыре балла 3 396 человек (28,3%). Два балла поставили себе 1 260 исследуемых, что составляет 10,5%. Среди 12 000 человек, принимавших участие в социологическом исследовании, 504 человека (4,2%) оценили сами себя в 5 баллов. 336 исследуемых (2,8%) не считают свой стиль жизни здоровым, так как оценили сами себя в 1 балл.

Показатели оценки и самооценки стиля жизни семьи в совокупности с другими показателями позволяют прогнозировать поведение детей в случае формирования групп риска. Поэтому оценка и самооценка и в качестве мотивационной детерминанты поведения относительно факторов, способствующих или угрожающих здоровью, и в качестве показателя здоровья и здорового образа жизни требуют пристального внимания и анализа.

Таким образом, исследование показало, что значительная часть родителей и учащихся начальных классов не имеют сформированной потребности в физической активности, соблюдении принципов здорового образа жизни. Разработка и совершенствование программ по физическому воспитанию могут быть обеспечены на основе анализа объективных показателей, характеризующих значимость занятий физической культурой и спортом, формирования основ здорового образа жизни у различных слоев населения нашего города.

Анализ основных результатов проведенного исследования позволяет выделить следующие **факторы** дальнейшего совершенствования системы физкультурного образования и физического воспитания детей, а также успешного решения проблемы оздоровления населения нашего города:

1. Фактор ресурсного обеспечения.

2. Фактор управленческого обеспечения.

3. Фактор организационного обеспечения.

4. Фактор программно-методического обеспечения.

5. Фактор научного обеспечения.

Все перечисленные выше факторы являются базовыми для внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и в систему образования, и в семейные (самостоятельные) занятия физической культурой.

УДК 796/799

Г.М. Касаткина, к.п.н., доцент
К.Б. Крутакова, И.В. Шекурова

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ РЕАЛИЗАЦИИ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (на примере города Нижний Тагил)

Муниципальное бюджетное учреждение «Информационно-методический центр по физической культуре и спорту», город Нижний Тагил, Россия, imcfks@mail.ru

*Аннотация: Основная **цель** ВФСК «Готов к труду и обороне» - повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания разных слоев населения. Представленный региональный*

опыт реализации ВФСК «Готов к труду и обороне» в г. Нижний Тагил позволяет сделать вывод о том, что именно структурированная и качественно проделанная работа ответственных лиц ложится в основу потенциального успеха внедрения комплекса ГТО. Оттого, насколько правильно и логично будет организован этот процесс, подготовлены судейские бригады, поставлена информационно-разъяснительная работа зависит восприятие различных слоев населения нашей страны комплекса ГТО, как нововведения в области физической культуры и спорта, инициированного нашим Президентом.

Ключевые слова: некоторые итоги реализации ВФСК «ГТО» в г. Нижний Тагил.

G.M. Kasatkina, candidate of pedagogic Sciences, associate Professor
K.B. Krutakova, I.V. Shekurova

REGIONAL EXPERIENCE of implementation of the all-RUSSIAN SPORTS COMPLEX "READY FOR LABOR AND DEFENSE" (on the example of Nizhny Tagil)

Municipal budgetary institution "Information and methodological center for physical culture and sport", the city of Nizhny Tagil, Russia, imcfks@mail.ru

Abstract: Main objective of VFSK "It Is Ready to Work and Defense" - increase in efficiency of use of opportunities of physical culture and sport in strengthening of health, harmonious and all-round development of the personality, fostering patriotism and ensuring succession in implementation of physical training of different segments of the population. The provided regional experience of implementation of VFSK "It Is Ready to Work and Defense" in Nizhny Tagil allows to draw a conclusion that structured and qualitatively done work of responsible persons forms the basis of potential success of implementation of the GTO complex. Because, this process will be how correctly and logically organized, panels of judges are prepared, information and explanatory work is delivered perception of various segments of the population of our country of the GTO complex as innovations in the field of physical culture and sport initiated by our President depends.

Key words: some results of realization of VFSK "GTO" in Nizhny Tagil.

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24.03.2014 г. №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» в настоящее время разработаны и введены в действие нормативно-правовые акты, направленные на урегулирование процесса внедрения комплекса ГТО в практику физкультурно-спортивного движения.

В качестве компонентов успешного внедрения комплекса ГТО можно выделить:

- **нормативно-правовой,** построенный на основе законодательных, программных документов федерального, регионального и муниципального уровней, непосредственно регулирует общественные отношения, возникающие в ходе внедрения комплекса ГТО;

  ресурсный компонент, обеспечивающий повышение профессионального мастерства руководителей и организаторов физкультурно-спортивной работы, преподавателей физической культуры в общеобразовательных организациях, организациях начального, среднего и высшего образования, материально-техническое обеспечение проекта и развитие спортивно-оздоровительной инфраструктуры;
- **управленческий компонент,** направленный на координацию взаимодействия исполнительной власти, органов местного самоуправления, образовательных и общественных объединений, иных заинтересованных в эффективной и слаженной деятельности по внедрению комплекса ГТО организаций;
- **программно-методический и организационный компоненты,** направленные на разработку научно-обоснованных методических рекомендаций по вопросам внедрения комплекса ГТО в образовательных организациях, среди трудящихся и неработающего населения, по организации и проведению тестирования населения, самостоятельным занятиям для подготовки к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

- **информационно-пропагандистский компонент,** предусматривающий создание общероссийского Интернет-портала комплекса ГТО, который будет наполнен достаточным объемом необходимой информации: содержательной, методической и правовой базой комплекса ГТО.

Информационно-пропагандистский компонент также должен предусматривать организацию соответствующей деятельности, направленной на популяризацию и повышение привлекательности комплекса ГТО, проведение различных фестивалей комплекса ГТО, систематический выпуск репортажей о планах работы, предстоящих мероприятиях и т.д., создание и распространение баннеров, афиш и прочей продукции с активным использованием передовых технологий и достижений цифровой революции.

Одним из самых ответственных этапов внедрения комплекса ГТО является практическая работа специалистов по физической культуре и спорту, руководителей органов управления в сфере физической культуры и спорта на уровне отдельно взятого муниципального образования, в физкультурно-спортивных и образовательных организациях всех уровней, спортивных клубов.

В процессе практического внедрения комплекса ГТО возникают вопросы по поиску наиболее эффективных форм и методов работы на различных уровнях власти, в образовательных и трудовых коллективах. Актуален вопрос вовлечения в этот процесс общественных организаций и движений. Важно также учитывать особенности работы по внедрению комплекса ГТО на предприятиях различных отраслей народного хозяйства и форм собственности, создания условий для равного обеспечения прав граждан при подготовке к выполнению нормативов и требований комплекса.

Основной **целью** ВФСК «Готов к труду и обороне» является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания разных слоев населения. Следует отметить, что нормативы и требования Комплекса ГТО направлены на реализацию личностно-ориентированного отношения к физической подготовке. Хочется надеяться, что введение Комплекса ГТО в жизнедеятельность различных слоев населения явится внешним социально значимым стимулом к построению индивидуального здоровья средствами двигательной деятельности.

В связи с этим закономерной является проблема адекватной и непротиворечивой мотивации населения нашей страны (от дошкольников до людей старше 70-ти лет) к сдаче нормативов Комплекса ГТО, а самое главное – подготовке и поддержанию уровня физической подготовленности на уровне этих норм. По нашему мнению, важно, чтобы перечни тестов (физических упражнений) стали именно теми нормами, понятными и доступными ориентирами в развитии физических качеств у большинства населения нашей страны. Очень важно, чтобы люди поверили и почувствовали жизненную значимость и необходимость приобретения той компетентности, которая возникает в русле идеологии Комплекса ГТО.

Одной из главных задач в реализации Плана мероприятий по поэтапному внедрению ВФСК ГТО является работа по созданию Центров тестирования физической подготовленности населения, обеспечение равного доступа к участию в тестировании всех категорий граждан. В связи с этим в городе Нижний Тагил издан приказ муниципального казенного учреждения «Управление по развитию физической культуры, спорта и молодежной политики Администрации города» от 07.12.2015 года №320 «О наделении полномочиями Центра тестирования по выполнению видов испытаний (тестов) нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». В рамках реализации данного приказа по состоянию на 01.10.2016 года в сдаче норм комплекса ГТО приняло участие **2006** человек, из которых **445** человек (22,2% от общего числа сдававших) -

представители дошкольных образовательных учреждений, **665** человек (33,1%) – обучающиеся общеобразовательных учреждений, **122** человека (6,1%) – студенты профессиональных образовательных организаций, **24** человека (1,2%) – студенты высшего профессионального образования и **750** человек (37,4%) – взрослое население.

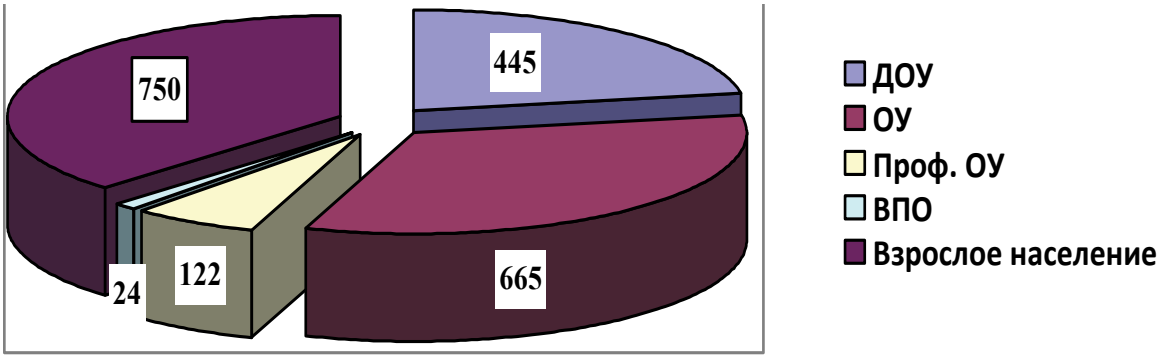


Рис. 1. Мониторинг сдачи норм комплекса ГТО различных слоев населения г. Нижний Тагил за 9 месяцев 2016 года

За девять месяцев этого года было проведено **10** информационно-пропагандистских мероприятий по внедрению комплекса ГТО на территории нашего города, в которых приняло участие **3 443** человека, из которых **1 950** участников (56,6%) составляли дети, посещающие дошкольные образовательные учреждения, **1 244** человека (36,1%) – учащиеся общеобразовательных организаций и **249** человек – представители взрослого населения, что составляет 7,3% от общего количества участников этих мероприятий**.**

Следует отметить наибольшую активность по сдаче норм комплекса ГТО дошкольных образовательных учреждений. Из **100** ДОУ, имеющих право сдавать нормы ГТО (где есть дети дошкольного возраста (старшая и подготовительная к школе группы), **51** учреждение принимало активное участие в этих мероприятиях, что составляет **51,0%** от общего количества ДОУ. Для успешной сдачи норм комплекса ГТО во всех ДОУ были скорректированы образовательные программы, был адаптирован к выполнению норм комплекса ГТО уже имеющийся нетрадиционный спортивный инвентарь, разработан дневник физических возможностей ребенка, в котором фиксируются показатели физической подготовленности детей. Во Всероссийской акции «Я выбираю спорт!», посвященной внедрению комплекса ГТО, приняло участие свыше **1 000** детей дошкольного возраста.

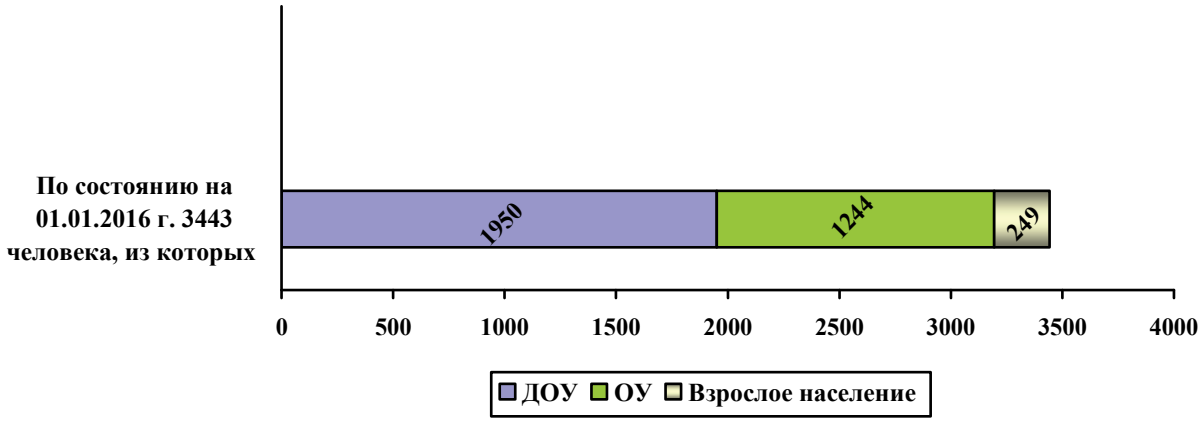


Рис. 2 Мониторинг информационно-пропагандистских мероприятий по внедрению комплекса ГТО на территории г. Нижний Тагил (по состоянию на 01.10.2016 г.)

Большую озабоченность вызывает очень низкий уровень технической и физической подготовки учащихся общеобразовательных учреждений. Особенно это касается выполнения тестов на гибкость и подтягивания на высокой и низкой перекладинах, а также теста на сгибание и разгибание рук в упоре лежа.

В июне этого года проходило торжественное вручение знаков отличия Комплекса ГТО **38** учащимся-выпускникам общеобразовательных учреждений, из них **20 (52,6%)** – золотых знаков, **13 (34,2%)** – серебряных и **5 (13,2%) -** бронзовых наград. На очереди вручение еще **232** знаков отличия обучающимся образовательных организаций с 1 по 6 ступеней, из которых **9 (4%) –** золотых знаков отличия, **108 (46,6%) –** серебряных, **115 (49,4%) –** бронзовых знаков отличия.

Таким образом, представленный региональный опыт реализации ВФСК «Готов к труду и обороне» в г. Нижний Тагил позволяет сделать вывод о том, что именно структурированная и качественно проделанная работа ответственных лиц ложится в основу потенциального успеха внедрения комплекса ГТО. Оттого, насколько правильно и логично будет организован этот процесс, подготовлены судейские бригады, поставлена информационно-разъяснительная работа зависит восприятие различных слоев населения нашей страны комплекса ГТО, как нововведения в области физической культуры и спорта, инициированного нашим Президентом.

УДК 5527

Д.В. Чаюн

МОДЕЛИРОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ *В СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКЕ*

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, chayun2009@mail.ru

Аннотация. Автором определены модельные характеристики соревновательных программ в спортивной аэробике по параметрам артистичности, исполнения и сложности. Разработана теоретическая модель соревновательной программы для спортсменов высокой квалификации, позволяющая варьировать ее содержание в зависимости от ранга соревнований через замену элементов и увеличение их сложности. Моделирование соревновательной деятельности в спортивной аэробике будет способствовать оптимизации тренировочного процесса и достижения пика спортивной формы к основным стартам сезона.

Ключевые слова: спортивная аэробика, модельные характеристики, высококвалифицированные спортсмены, теоретическая модель, предсоревновательная подготовка.

D. Chayun

MODELLING OF COMPETITIVE ACTIVITY AT ELITE ATHLETS IN SPORTS AEROBIC

Tyumen state university, Tyumen, Russia, chayun2009@mail.ru

Annotation. The author defined the model characteristics of competitive programs in sports aerobics in the parameters of artistry, execution and difficulty. The theoretical model of competitive programs for athletes of high qualification that allows to vary the content depending on the rank of the competition through the replacement of elements and an increase in their difficulty. Modelling of competitive activity in sports aerobics will help to optimize the training process and to achieve a better fitness level to the main start of the season.

Keywords: sports aerobics, model characteristics, elite athletes, theoretical model, precompetitive preparation.

Введение. В многолетней подготовке спортсмена, в ходе повышения его спортивного мастерства важную роль играет стремление повысить собственные достижения в соревновательной деятельности [1, с.47;2, с.56]. В спортивной аэробике ежегодное количество

официальных соревнований относительно невелико – 5-6 стартов [5, с.48;6, с.30]. Предсоревновательная подготовка обеспечивается, в данном случае, за счет дополнительных контрольных соревнований, прикидок, тестированием технической и физической подготовленности, планированием занятий в соответствии с моделью соревнований, что должно отражаться в планах годичной подготовки [4, с.23;7, с.383]. Так как любой спортсмен не может постоянно находиться на пике спортивной формы, ему требуется постепенное подведение своего организма к основным соревнованиям сезона. Современные методы построения тренировочного процесса требуют определенной корректировки для оптимизации различных сторон подготовки и плавного повышения сложности соревновательного упражнения [5, с.48]. Проблема исследования связана необходимостью моделирования соревновательной деятельности для последующего внесения коррективов в процесс подготовки высококвалифицированных спортсменов на основе анализа научных фактов [3, с.3].

Цель исследования: разработать теоретическую модель соревновательного упражнения спортсменов высокой квалификации в спортивной аэробике.

Результаты исследования и их обсуждение. Сравнительный анализ результатов выступления спортсменов высокой квалификации на чемпионатах России по спортивной аэробике (более 500 участников) за период с 2012 по 2015 годы показал, что спортсмены не имеют достоверных различий с представителями других регионов в уровне подготовленности. Причем самые не значительные преимущества кого-либо из соперников позволяли выигрывать соревнования, что актуализировало проблему разработки модельных характеристик соревновательных упражнений для целенаправленного стремления спортсменов к достижению максимальной оценки по всем её компонентам: артистичности, исполнения и сложности.

Сравнительный анализ результатов региональных стартов показал, что по всем компонентам соревновательной оценки ведущие спортсмены сборной Омской области достоверно ($P < 0,05$) превосходят своих соперников во всех видах соревновательной программы индивидуальные женщины, индивидуальные мужчины, пара, трио, группа. Отсюда следует, что членам сборной команды Омской области нет необходимости для победы на соревнованиях стремиться к достижению наивысшего балла при выполнении упражнения.

Таблица 1

Сравнительная оценка на чемпионате Омской области и СФО

Компоненты	Оценка (x±σ)		Достоверность различий
	Омская область	СФО	
Артистичность	8,2±0,13	8,5±0,26	P<0,05
Исполнение	8,0±0,32	8,5±0,38	P<0,05
Сложность	2,9±0,47	3,4±0,3	P<0,05
Общий балл	19,1±0,6	20,6±0,8	P<0,05

Сравнительный анализ выступления сборной команды Омской области и ее ближайших соперников на чемпионате Сибирского федерального округа (СФО) показал, что наши спортсмены имеют достоверное (P<0,05) превосходство над своими соперниками. Отсюда можно предположить, что членам сборной команды Омской области нет необходимости для победы на соревнованиях стремиться к достижению наивысшего балла при выполнении упражнения.

Анализ выступления сборной Омской области на чемпионате России показал, что наши спортсмены не имеют достоверного преимущества над своими соперниками из других федеральных округов, городов Санкт-Петербурга и Москвы, а в отдельных дисциплинах уступают этим спортсменам. Причем даже не значительные преимущества кого-либо из соперников позволяют им выиграть соревнования.

Таблица 2

Оценка ближайших соперников на чемпионате СФО и России

Компоненты	Оценка (x±σ)		Достоверность различий
	СФО	Россия	
Артистичность	8,5±0,26	8,6±0,11	P>0,05
Исполнение	8,5±0,38	8,6±0,16	P>0,05
Сложность	3,4±0,3	3,9±0,22	P<0,05
Общий балл	20,6±0,8	21,0±0,39	P>0,05

Достоверность различий во всех компонентах соревновательной оценки чемпионата Омской области и чемпионата СФО говорит о том, что для успешного выступления на этих соревнованиях необходимо иметь иное содержание соревновательного упражнения и качество его исполнения (табл. 1). В процессе подготовки от чемпионата Омской области до чемпионата СФО должно произойти достоверное повышение, как сложности соревновательного упражнения, так и качества его исполнения с позиции техники и артистичности.

Анализ соревновательной оценки соперников на чемпионате СФО и России показал, что в компонентах артистичность, исполнение и общий балл достоверных различий между соперниками не имеется (табл. 2). Выявлено, что в компоненте сложность соревновательная борьба на чемпионате России протекает на достоверно более высоком уровне, чем на чемпионате СФО.

Исходя, из изложенного выше материала мы можем сделать заключение, что при прочих равных условиях, оценки за артистичность и исполнение, преимущество над соперником на чемпионате России имеет тот, кто исполняет упражнение наибольшей сложности.

На основе анализа оценок результатов соревновательной деятельности регионального, окружного и всероссийского уровня была составлена теоретическая модель подготовки высококвалифицированных спортсменов в спортивной аэробике в цикле подготовки к основным стартам (табл.3). Для того чтобы занять призовое место на чемпионате СФО необходимо достоверно повысить все компоненты оценки: артистичность, исполнение и сложность. А для успешного выступления на чемпионате России требуется достоверное повышение оценки в компоненте сложность, по сравнению с чемпионатом СФО. Исходя из этого, мы делаем вывод, что для успешного выступления на чемпионате России требуется повышение компонента сложность, а также удержание уровня оценки чемпионата СФО в компонентах артистичность и исполнение.

Таблица 3

Теоретическая модель компонентов соревновательного упражнения

Чемпионат / Компоненты	Омская область	СФО	Россия
Артистичность	X →	У →	У
Исполнение	X →	У →	У
Сложность	X →	У →	Z

Алгоритм реализации модели по компоненту сложность приведен в таблице 4.

Для успешного выступления на основном старте требуется максимально высокая сложность соревновательной программы, которая будет повышаться, начиная с чемпионата области. На первом старте мы предлагаем сделать такой состав программы по сложности, в которой не будет элементов высокого класса. Для чемпионата федерального округа предлагаем повысить сложность за счет этих же элементов, но с дополнительным вращением, либо в усложненное конечное положение. А чемпионату России будет соответствовать немного другой набор элементов в соревновательной программе. То есть мы предлагаем заменить по 1 элементу в динамической и статической группе, так как «геликоптер» и «упор углом ноги вместе» по своей максимальной стоимости были выполнены на чемпионате федерального округа.

Таблица 4

Состав соревновательной программы для высококвалифицированных спортсменов

Чемпионаты / Элементы	Омская область	СФО	Россия
• «геликоптер»	в упор лежа	в венсон	отсутствует
• «перекидной»	360 ˚	540˚	540˚
• «упор углом ноги вместе»	720˚	720˚	отсутствует
• «казак»	360˚	540˚	540˚
• «винт»	720˚	720˚	720˚
• «страдл»	в упор лежа	180˚ в упор лежа	540˚ в упор лежа
• «либела»	в вертикальный шпагат	в вертикальный шпагат	двойная в вертикальный шпагат
• «пируэт»	360˚	720˚	1080˚
• «пайк»	360˚ в упор лежа	360˚ в упор лежа	360˚ в упор лежа
• «рамка»	в упор лежа	в венсон	180˚ в венсон
• «круг деласал»	отсутствует	отсутствует	в венсон
«молдован»	отсутствует	отсутствует	720˚

Таким образом, можно утверждать, что для успешного выступления на чемпионате Омской области необходимо выполнить такие элементы, которые в сумме дадут 3,0 балла. Но такой сложности будет недостаточно для успешного выступления на соревнованиях более высокого уровня, поэтому к чемпионату СФО мы предлагаем повысить уровень сложности до 3,5 балла. Сложность чемпионата СФО будет недостаточна для попадания в лидеры на чемпионате России. Для этого требуется повысить сложность от 3,5 до 4 баллов.

Выводы. В ходе исследования определены модельные характеристики соревновательных программ в спортивной аэробике по параметрам артистичности, исполнения и сложности. Разработана теоретическая модель соревновательной программы для спортсменов высокой квалификации, позволяющая варьировать ее содержание в зависимости от ранга соревнований через замену элементов и увеличение их сложности.

Постепенное повышение сложности параметров соревновательной деятельности от чемпионата областного масштаба к чемпионату федерального округа должно реализовываться во всех компонентах соревновательной деятельности: артистичность, исполнение, сложность и общая оценка.

Предсоревновательная подготовка к основным стартам должна осуществляться с постепенным повышением параметров тренировочной и соревновательной деятельности с ориентиром на оптимальные модели готовности, что обеспечивает выход на оптимальные показатели готовности к основному старту.

Литература:

1. Винер И.А. Интегральная подготовка в художественной гимнастике: автореф. дис. … д-ра пед.наук:13.00.04. – СПб. 2013. 47с.
2. Григорьянц И.А. Проблема готовности и организации предсоревновательной подготовки в гимнастике //Теория и практика физической культуры. 2001. С. 56 .
3. Загвязинский В.И., Манжелей И.В. Общая панорама педагогического исследования по проблемам физической культуры и спорта //Теория и практика физической культуры. 2016. № 3. С. 3-5.
4. Касаткина Н. А. Формирование стабильности и надежности соревновательной деятельности в спортивной аэробике : автореф. дис. … канд. пед. наук:13.00.04. Набережные Челны. 2012. 23с.
5. Клецов К. Г. Методика предсоревновательной подготовки юниоров 12-13 лет в танцевальном спорте // Физкультурное образование Сибири: науч.-метод. журнал: СибГУФК. Омск. 2010. № 1 (26). С. 48-51.
6. Клецов К.Г., Чаюн Д.В. Модельные характеристики содержания соревновательных программ у высококвалифицированных спортсменов в спортивной аэробике // Физкультурное образование Сибири : науч.-метод. журнал: СибГУФК. Омск. 2015. №2 (34). С. 30-33.
7. Сомкин А.А. Классификация упражнений и основные компоненты подготовки высококвалифицированных гимнастов в спортивной аэробике: дис…. д-ра пед.наук:13.00.04. – СПб. 2002. 383с.

Т.А. Даниленко, Мастер спорта СССР

УСПЕХ ВЕТЕРАНОВ СПОРТА В СДАЧЕ НОРМ ГТО

Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск, Россия, dta69@mail.ru

Аннотация. *В статье рассматриваются отношения населения страны к современному комплексу ГТО под названием - Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Для реализации государственной программы в народные массы важно подключать в работу ветеранов спорта, которые своим опытом, профессионализмом могут быть примером для различных слоев населения в выполнении нормативов ГТО. Роль ветеранов спорта имеет большое значение для развития современного комплекса ГТО.*

Ключевые слова: *Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс (ВФСК), ветераны спорта.*

T. Danilenko, Master of sport USSR

VETERANS OF SPORTS'S SUCCESS IN PASSING "READY TO WORK AND DEFENSE" NORMS

Ural State University of Physical Culture, Russia, Chelyabinsk, dta69@mail.ru

Annotation. *There are attitude people of country to the modern complex "Ready to work and defense" with the title - All-Russian sports complex "Ready to work and defense". It is important to invite veterans of sports, who can be the an example with their expirience and professionalism for the other kind of people in doing complex RWD to realize goverment program for people. Veterans of sports's role has a big meaning for progress modern complex "Ready to work and defense".*

Key words: *All-Russian sports complex, veterans of sports.*

Актуальность. Сегодня явно недостаточной информации о различных аспектах отношения населения страны к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу (ВФСК) «Готов к труду и обороне» (ГТО). Изучение проблемы отношения различных групп населения к ГТО определяется прежде всего тем, что ведущими среди принципов, на которых основывается ГТО, является добровольность и доступность, что требует, с одной стороны, формирования заинтересованного отношения человека к подготовке и выполнению нормативов и требований ГТО, а с другой стороны, предоставления возможности подготовки и выполнения этих нормативов и требований [1].

Ряд авторов отмечают, что современный период развития российского общества приходится на годы преобразований во всех сферах социальной жизни, особенно в системе физической культуры и спорта (ФК и С), где появляется все больше сторонников внедрения нового комплекса ГТО в систему физического воспитания населения России. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) по своему содержательному наполнению выполняет функцию нормативного и программного документа, формирующие основы системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации (РФ). Нормативно-тестирующая часть комплекса предусматривает государственные требования к физической подготовленности граждан РФ на основе выполнения нормативов и оценки уровня умений, соответствующих тестов по трем уровням трудности, необходимых для получения бронзового, серебряного и золотого знака [3, 4, 5, 6]. Если современный комплекс ГТО рассматривает широкие возможности для реализации физкультурного движения различных слоев населения РФ, то в связи с этим, важно обратить внимание на профессиональную работу «Ветеранов спорта» по месту жительства, как надежный резерв. Под понятием - «Ветераны спорта» мы рассматриваем группу людей зрелого возраста, которые в юности активно выступали на соревнованиях высокого уровня [2].

Содержание. Социологический опрос ветеранов спорта города Челябинска показал, что в каждом районе города (Калининский, Курчатовский, Советский, Тракторозаводской, Металлургический, Центральный) активно ведется работа по месту жительства в сфере физической культуры и спорта (ФК и С). Важно отметить, что в каждом районе выбран пред-

седатель «Совета ветеранов спорта», который подключается к работе городского масштаба «Совета ветеранов спорта». На примере Калининского района можно отметить успешную работу председателя – Матину З. И., которая вот уже несколько лет профессионально ведет физкультурно-спортивное движение по месту жительства. Она мастер спорта международного класса по лыжным гонкам, преподаватель кафедры «Физического воспитания» ЧелГУ. Под ее руководством команда «Ветеранов спорта» сдала нормативы на золотую медаль с учетом возрастных ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (ВФСК) «Готов к труду и обороне» (ГТО).

VIII ступень – 40-49 лет;

IX ступень – 50-59 лет;

X ступень – 60-69 лет;

XI ступень от 70 и старше лет.

Результаты выполнения нормативов ГТО среди «Ветеранов спорта» свидетельствуют о том, что эти люди знают технику выполнения упражнений, имеют хорошую физическую подготовленность во всех возрастных группах.

Выводы. Роль ветеранов спорта имеет большое значение для развития современного комплекса ГТО, так как люди с большим спортивным опытом могут являться опорой для физкультурного движения, быть примером для различных слоев населения в выполнении нормативов ГТО. Ветераны спорта возможно смогут способствовать к формированию интереса и мотивации к сдаче тестовых испытаний нового комплекса ГТО.

Библиографический список

1.Виноградов, П. А. Изучение отношения различных групп населения к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) / П. А. Виноградов, Ю. В. Окуньков // Вестник спортивной науки. – 2015. - №3. – С. 38-42.

2.Гильмунтдинов, Э. Р. Особенности функционального состояния кардиореспираторной системы у ветеранов спорта в возрастном аспекте и при различном уровне двигательной активности / Э. Р. Гильмутдинов, В. В. Епишев // Вестник южно-Уральского гос. университета Серия «Образования, здравоохранения, физическая культура». – 2010. – Выпуск 25.37. – С.19-22.

3.Лукичев, К. Е. Исторический опыт внедрения механизмов государственного управления на этапе становления в России физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» // Вестник спортивной науки. – 2015. - №4. – С. 53-58.

4.Наговицын, Р. С. Программа подготовки к сдаче норм Всероссийского комплекса «ГТО» на основе мобильного обучения / Р. С. Наговицын, И. В. Владыкина, С. Ю. Сенатор // Теория и практика физической культуры, 2015. – № 1. – С. 46-48.

5.Руденко, Г. В. Организационно-педагогические условия, необходимые для внедрения нового комплекса ГТО в систему физического воспитания населения России / Г. В. Руденко, А. Э. Болотин // Теория и практика физической культуры. – 2015. - №7. – С.97-99

6.Спирин, В. К, Нормативная база Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в качестве условия обоснования технологии подготовки и организации сдачи норм ГТО / В. К. Спирин, В. А. Багина, А. А. Степанов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. - №1. – С.2-6.

А.Д. Михайлов, курсант

Научный руководитель: А.Н. Ларин, ст. преподаватель

ФОРМИРОВАНИЕ СПЛОЧЕННОСТИ ВОИНСКОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Пермский военный институт внутренних войск МВД России, г. Пермь,
army17447@mail.ru

Аннотация: В статье представлены теоретические основы методики формирования сплоченности воинского подразделения в процессе физической подготовки.

Ключевые слова: физическая подготовка, военнослужащий, коллектив, качество, сплоченность, воинское подразделение, совместные действия.

A. Mikhaylov, cadet; A. Larin, senior teacher

FORMING OF UNITY OF MILITARY DIVISION IN THE COURSE OF PHYSICAL TRAINING OF THE MILITARY PERSONNEL

Perm military institute of internal troops of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Perm, Russia, E-mail: army17447@mail.ru, Larsan59@mail.ru

Summary: In article theoretical bases of a technique of forming of unity of military division in the course of physical training are provided.

Keywords: physical training, serviceman, collective, quality, unity, military division, collateral actions.

В последнее время поддержание высокой, на требуемом уровне, выносливости, быстроты, силы и ловкости военнослужащего становиться актуальным. Поддерживая данные качества военнослужащего, позволяют беспрепятственно выполнить все служебно-боевые задачи как мирного, так и военного времени. Сила армейского потенциала заключена не только в развитости каждого отдельно взятого военнослужащего, но и в необходимой слаженности действий подразделений. Поэтому одной из основных специальных задач физической подготовки было и остается формирование сплочённости воинских подразделений, совершенствование навыков военнослужащих в коллективных действиях на фоне предельных как физических, так и психических нагрузок.

Формирование сплоченности воинского подразделения является одной из важнейших специфических задач физической подготовки военнослужащих. В основе решения этой задачи лежит групповое выполнение военнослужащими физических упражнений.

Формирование сплоченности воинского подразделения средствами военно-прикладной физической подготовки следует рассматривать как социально-значимый воспитательный процесс, ориентированный не только на оформление моторной организованности, но и на становление органичного единства нормативно-двигательных и спортивных устремлений всех военнослужащих, двигательной свободы каждого и взаимной ответственности за результаты совместной физкультурно-спортивной деятельности.

Непрерывный и преемственный процессе формирования навыков совместных действий в интересах сплочения воинского подразделения включает три методически дифференцированных этапа: нормативно-спортивного, учебно-спортивного и спортивно-боевого формирования.

Критериями выделения этапов являются: промежуточное личностно значимое целеполагание (овладение стереотипными навыками совместных действий, опосредованных процессом бесконфликтной интеграции в армейскую среду; овладение вариативными навыками совместных действий, опосредованных служебной деятельностью; овладение вариативными навыками совместных действий, опосредованных высшими нравственными чувствами); промежуточное социально ценное целеполагание (формирование воинского подразделения как группы молодых людей, объединенных армейскими нормами двигательных действий; формирование воинского подразделения как единства молодых людей объединенных пониманием ценности групповой физической подготовленности; формирование воинского подразделения как единства нормативно-двигательных и спортивно-ценностных устремлений всех военнослужащих).

На первом этапе формирование навыков совместных действий осуществляется впростой обстановке (специально-созданных условиях) без оружия и без снаряжения, с широким использованием срочно-сигнального управления групповыми действиями. На втором − с оружием и снаряжением. На третьем этапе − при значительной физической и психологической нагрузке, в комплексе с другими действиями как в специально подготовленных местах, так и на различной по характеру местности, в средствах индивидуальной защиты, в условиях ограниченной видимости ночью.

Становление личности военнослужащего в строго регламентированной армейской среде с характерными для нее высокими физическими и психологическими нагрузками обеспечивает переход товарищеских (коллективистских) отношений в братские. Такой тип отношений характеризуется внутренней (нравственной) регуляцией, базирующейся на общности целей и единстве переживаний военнослужащих.

Реализация принципов развивающей педагогики и спорта в формировании сплоченности воинского подразделения является необходимым условием становления нравственных регуляторов совместной физкультурно-спортивной деятельности военнослужащих, обеспечивает высокий уровень личностной значимости этого формирования.

Социально-ценными прогнозируемыми результатами формирования сплоченности воинского подразделения на основе принципов развивающей педагогики физической культуры и спорта являются: нормативный уровень физической подготовленности всех военнослужащих; оперативная адаптация молодых воинов к высоким физическим и психологическим нагрузкам военной службы; физкультурно-спортивная автономность подразделения.

Личностно-значимыми прогнозируемыми результатами такого формирования являются: навыки совместных действий; убежденность в социальной ценности и личностной значимости физкультурно-спортивной сплоченности воинского подразделения; эмоционально-позитивное отношение к единому уровню физической подготовленности всех военнослужащих, к спортивным достижениям своего подразделения;осознаваемое чувство внутренней свободы; нормативно-двигательное самоопределение и самореализация.

Основными особенностями методики формирования сплоченности воинского подразделения в процессе физического воспитания военнослужащих являются: вырабатывание не столько технической составляющей совместного двигательного действия, обеспечивающей становление его кинестетического образа, сколько воспитание мотивационно-ценностного отношения к тактической составляющей, определяющей необходимую последовательность, слитность, согласованность действий всех военнослужащих подразделения; масштабная стереотипизация двигательных действий в соответствии с требованиями воинских уставов и нормами, изложенными в наставлении по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации; искусственное ограничение двигательной свободы человека; привнесение в двигательное действие реально ощущаемых дискомфортных нормативных элементов; подавление возможности человека персонализироваться (проявить себя как личность) в двигательном действии; обеспечение доступности для понимания военнослужащим основных значимых для него продуктов формирования (военно-служебные адаптация, интеграция, самоопределение и самореализация); исключение проявлений военно-служебных деформаций в двигательных действиях военнослужащего.

Важными общими для физического воспитания принципами формирования сплоченности воинского подразделения являются: принцип гуманности педагогического формирования; принцип всемерного содействия всестороннему гармоническому развитию военнослужащего; принцип сознательности и активности; принцип доступности и высокого уровня трудности обучения.

Специфическими принципами формирования сплоченности воинского подразделения являются: принцип социально-государственной обусловленности; принцип военно-прикладной направленности; принцип сенсорно-чувственной опредмеченности; принцип направленности на сохранение соматопсихического благополучия; принцип имманентной непрерывности; принцип интеграции в процесс физического воспитания высших военно-патриотических чувств.

Основными признаками успешности формирования сплоченности воинского подразделения являются следующие:

– этапная личностная позитивная динамика (от познавательного интереса к армейским стереотипам совместных действий к готовности следовать стереотипам совместных действий; от познавательного интереса к оценке личного вклада в результаты совместных

действий к готовности к персонифицированным действиям в русле коллективной деятельности; от познавательного интереса к оценке продуктов коллективной деятельности к готовности к деперсонифицированной коллективной деятельности);

− этапная групповая позитивная динамика (от несогласованности к согласованности представлений о нормах совместных действий; от несогласованности к согласованности представлений о ценности навыков совместных действий; от несогласованности к согласованности представлений о ценности деперсонифицированной коллективной деятельности).

Таким образом, последовательная, преемственная, этапная реализация принципов развивающей педагогики физической культуры и спорта в формировании сплоченности воинского подразделения способствуют становлению личности военнослужащего, эффективно развивает воинское подразделение как единство нормативно-двигательных и спортивно-ценностных устремлений всех военнослужащих, что позволяет выполнять служебно-боевые задачи, стоящие перед подразделениями как в мирное, так и в военное время.

Список используемых источников

1. Иванюта О.П. Формирование навыков коллективных действий в процессе физического воспитания военнослужащих // Вестник Адыгейского государственного университета. − Майкоп: АГУ, 2009. − С. 245-251

2. Иванюта О.П. Мотив физкультурно-спортивной активности как форма нравственного долженствования // Физическая культура, спорт, биомеханика, безопасность жизнедеятельности: материалы Международной научной конференции. − Майкоп, АГУ, 2008. - С. 102-104.

3. Иванюта О.П. Нормы физической подготовленности как средство армейской социализации военнослужащего // Физическая культура, спорт, биомеханика, безопасность жизнедеятельности: материалы Международной научной конференции. − Майкоп, АГУ, 2008. − С. 134-137

4. Иванюта О.П. Формирование навыков коллективных действий как проблема физического развития военнослужащих // Развитие личности в образовательных системах Южно-Российского региона: материалы XXVII психолого-педагогических чтений Юга России. – Ростов-на-Дону: ИПО ПИ ЮФУ, 2008. – 154-161.

5. Иванюта О.П. Нормы физической подготовленности как средство формирования навыков коллективных действий военнослужащих // Антропологические основы современной теории и практики образования: материалы V Международной научно-практической конференции. − Ставрополь: СГПИ, 2008. − С. 512-515.

6. Иванюта О.П. Формирование мотивационно-ценностного отношения курсанта к воинской чести в реалиях гуманизации военного образования // Развитие личности как стратегия гуманизации образования: материалы VI межрегиональной научно-практической конференции. – Ставрополь: СКСИ, 2007. – С. 102-104.

УДК 378.016:796

Шатохин А.Г.; Бутыч Н.С., канд. пед. наук

ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»

ГАПО Тюменской области «Западно-Сибирский государственный колледж»,
г. Тюмень, Россия, sportclubzsgk@mail.ru, nata_butych@list.ru

Аннотация: *В статье рассматриваются результаты изучения готовности студентов профессиональных образовательных организаций к выполнению норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», в том числе уровня сформированности физкультурно-спортивных потребностей, мотивов и активности, а также уровень физической подготовленности студентов.*

Ключевые слова*: гражданско-патриотическое воспитание, готовность, студенты, профессиональные образовательные организации, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», потребности, мотивы, активность, здоровье, физическая подготовленность.*

A.G. Shatohin; **N.S. Butych, Candidate of Pedagogic Sciences**

READINESS OF STUDENTS OF ESTABLISHMENTS OF SECONDARY PROFESSIONAL EDUCATION TO PASSING PHYSICAL TESTS OF THE ALL-RUSSIAN SPORTS AND SPORTS COMPLEX «READY TO LABOUR AND DEFENSE»

West-Siberian State College, Tyumen, Russian Federation,
sportclubzsgk@mail.ru, nata_butych@list.ru

Abstract: *The subjects of the research are results of readiness of students of establishments of secondary professional education to passing physical tests of The all-Russian sports and sports complex «Ready to labour and defense» including physical requirements, motives, activity and skills of physical fitness of students.*

Key words*: Civil and patriotic education, readiness, students, establishments of secondary professional education, The all-Russian sports and sports complex «Ready to labour and defense», requirements, motives, activity, health, skills of physical fitness.*

Гражданско-патриотическое воспитание студентов в современных условиях приобретает особую актуальность, оказывая непосредственное влияние на укрепление и созидание здоровья, физическое, духовное и нравственное самосовершенствование обучающихся.

Важная роль в воспитании гражданина-патриота в среде профессиональных образовательных организаций (ПОО) отводится внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО»), направленного на подготовку обучающихся к выполнению нормативов ВФСК «ГТО» и организацию недельного двигательного режима через физическое, духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание.

Целью исследования стало изучение готовности студентов ПОО к выполнению норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Организация исследования. Исследование проводилось на базе Западно-Сибирского государственного колледжа (ЗСГК) в 2015-2016 учебном году с привлечением 146 студентов – 72 юношей и 74 девушек в возрастных группах 16-17 и 18-24 лет, участников Фестиваля ГТО. В ходе работы нами была проведена диагностика физкультурно-спортивных потребностей, мотивов и добровольной активности студентов, самооценки состояния их здоровья, а также выявлено отношение студентов к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО). Для этого мы использовали методику индексной оценки В.И. Трапникова, В.А. Ядова, модифицированную И.В. Манжелей [1]. С целью изучения физической подготовленности нами проведено тестирование двигательных качеств, а полученные данные интерпретированы в соответствии с нормами ГТО.

Результаты исследований. Анализ результатов сформированности потребностей студентов в различных видах физкультурно-оздоровительной деятельности показал, что девушки предпочитают заниматься в секциях по видам спорта (И=2,9), утренней гимнастикой (И=2,7) и гимнастикой в течение дня (И=2,6), а юноши отдают предпочтение массажу (И=3,4), утренней гимнастике (И=2,9), а также плаванию (И=2,4). В целом, физкультурно-спортивные потребности у девушек и юношей соответствовали среднему уровню (И=2,1 и 2,6).

Изучение мотивов посещения академических занятий физической культурой показало, что для девушек значимыми мотивами физкультурно-спортивной деятельности являлись: «желание укрепить здоровье» (И=4,2), «стремление совершенствовать свое телосложение» (И=4,0), «желание добиться высоких спортивных результатов» (И=3,8), для юношей: «желание добиться высоких спортивных результатов» и «желание укрепить свое здоровье» (И=4,5), «стремление совершенствовать свое телосложение» и «общение с товарищами» (И=4,3), а также «познание нового, неизвестного ранее» (И=4,2). Как у девушек, так

и у юношей, уровень мотивации к занятиям физической культурой – «выше среднего» (И=3,5 и 3,8) (таблица 1).

Анализируя реальную активность студентов нами выявлено, что девушек в большей мере привлекают секции по видам спорта (И=3,1), занятия утренней гимнастикой (И=2,1) и гимнастикой в течение учебного дня (И=1,2), а юноши предпочитают секции по видам спорта (И=6,3), гимнастику в течение учебного дня (И=3,4), а также утреннюю гимнастику (И=2,8). Уровень физкультурно-спортивной активности, в целом, соответствовал «среднему» - у юношей (И=2,1) и «ниже среднего» - у девушек (И=1,4).

Анализ самооценки состояния здоровья студентов ЗСГК показал, что большинство девушек (93,7%) и юношей (93,8%) оценили свое здоровье, как хорошее и отличное, причем юноши отдают предпочтение ответу «отличное» в большей степени, чем девушки. И лишь 6,3% девушек и юношей дали удовлетворительную оценку состоянию своего здоровья.

Проанализировав результаты самооценки состояния здоровья студентами (по В.П. Войтенко), мы получили аналогичные результаты: у большинства девушек (77,8%) и юношей (93,9%) состояние здоровья можно оценить как хорошее и отличное, в то время как у 22,5% девушек и 6,1% юношей оно удовлетворительное. В обоих случаях, ни один из опрошенных респондентов не оценил свое здоровье как «плохое» и «очень плохое».

Изучив результаты тестирования физических кондиций у обучающихся, мы выяснили, что у девушек 16-17 лет (рисунок 1) наилучшие результаты физической подготовленности наблюдались в показателе гибкости: 50% девушек сдали нормы комплекса «ГТО» по данному контрольному упражнению на золотой знак отличия ВФСК «ГТО». Остальные показатели (скоростно-силовые, силовые) у большинства студенток (около 70%) соответствовали серебряному значку. Отрадно отметить, что «без награды» не осталась ни одна участница Фестиваля.

Большинство девушек 18-24 лет (рисунок 2) сдали контрольные нормативы на соответствие золотому («Прыжок в длину с места - 35,5%) и бронзовому («Наклон вперед» - 39,5%, «Поднимание туловища из положения лежа» - 47,3%) знакам отличия. Однако 47,5% испытуемых не выполнили нормы комплекса в упражнении «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа/подтягивание на низкой перекладине».

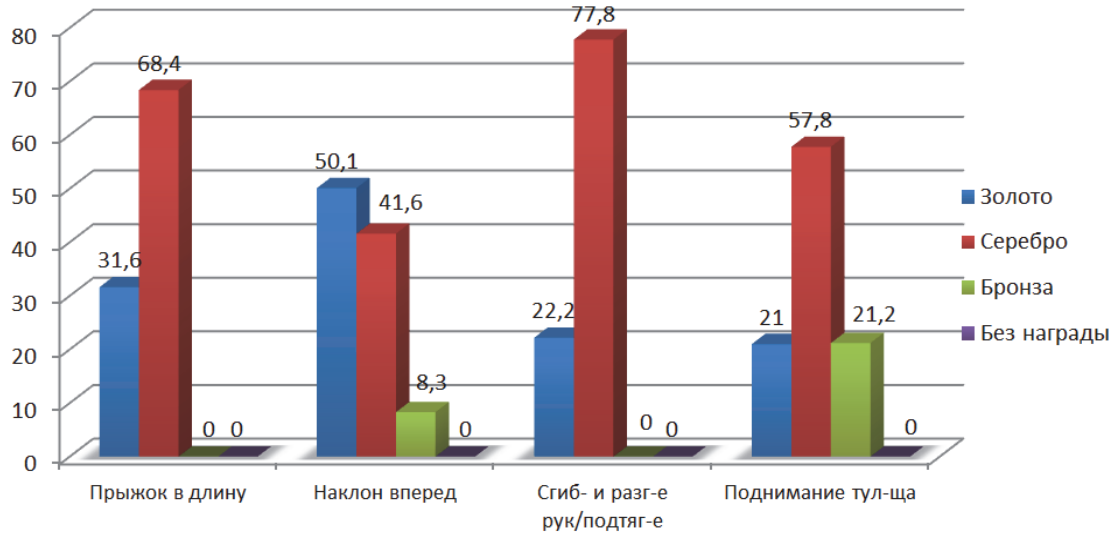


Рисунок 1 Результаты тестирования физической подготовленности девушек 16-17 (*V ступень*) лет ПОО

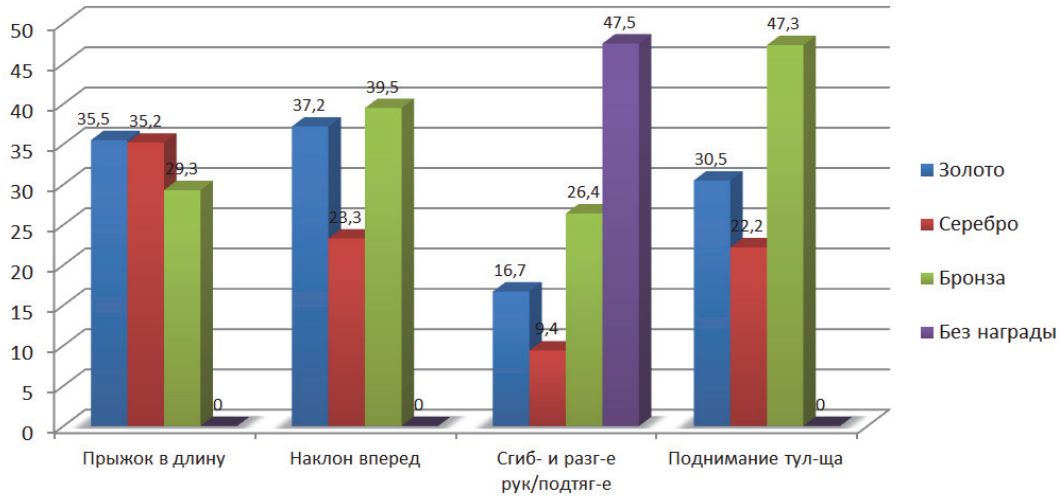


Рисунок 2 Результаты тестирования физической подготовленности девушек 18-24 (*VI ступень*) лет ПОО

Проанализировав результаты физической подготовленности у юношей (рисунки 3,4), мы выявили, что у юношей обеих возрастных групп наилучшие результаты физической подготовленности наблюдались в упражнениях, направленных на проявление скоростно-силовых качеств, гибкости и силы: около 55% участников Фестиваля сдали нормы комплекса ГТО по данным

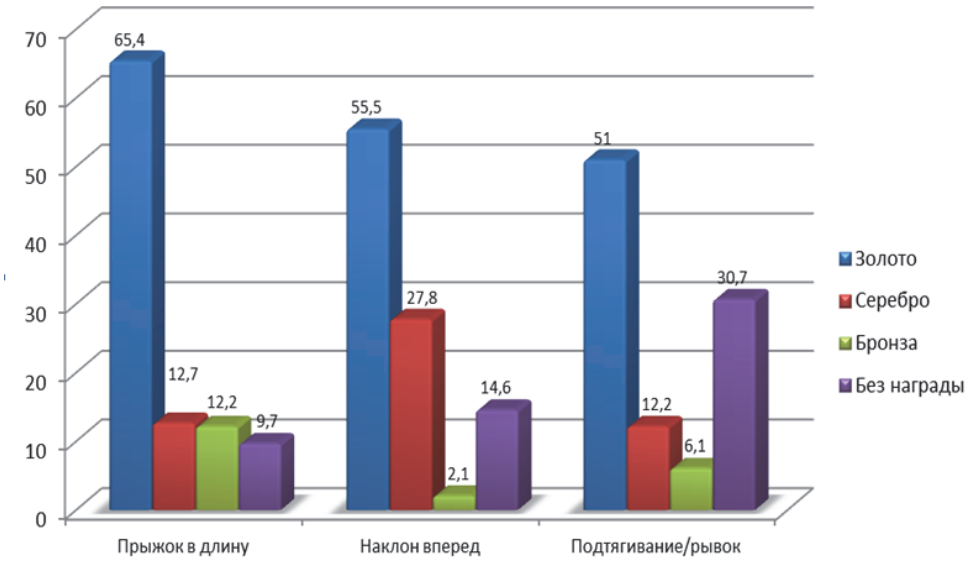


Рисунок 3 Результаты тестирования физической подготовленности юношей 16-17 (*V ступень*) лет ПОО

контрольным упражнениям на золотой знак отличия комплекса. Также около 60% юношей 18-24 лет достигли высоких показателей в выполнении упражнения «Поднимание туловища из положения лежа» (серебряный знак).

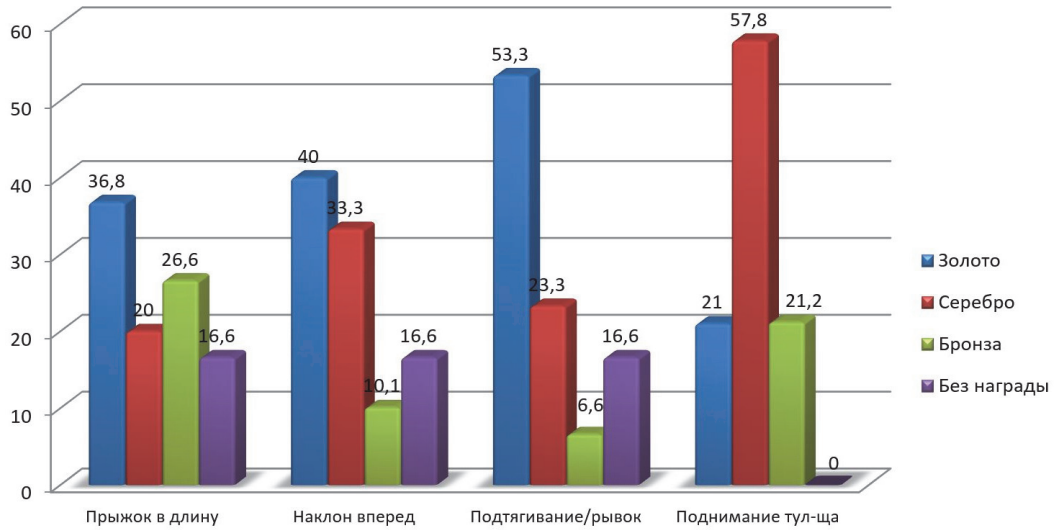


Рисунок 4 Результаты тестирования физической подготовленности юношей 18-24 (*VI ступень*) лет ПОО

Данные исследования позволили нам сделать следующие общие выводы:

- анализ результатов сформированности физкультурно-спортивных потребностей, мотивов и физкультурно-спортивной активности студентов показал, что физкультурно-спортивные потребности девушек и юношей соответствуют среднему уровню (И=2,1 и 2,6).), физкультурно-спортивные мотивы у девушек (И=3,5) и у юношей (И=3,8) - уровню «выше среднего»; уровень физкультурно-спортивной активности у студенток – «ниже среднего» (И=1,4), у студентов – средний (И=2,1);

- уровень потребностей студентов в физкультурной деятельности выше реальной активности в ней, в связи с этим появляется необходимость в формировании потребности в занятиях физическими упражнениями;

- уровень добровольной активности у юношей выше, чем у девушек;

- опираясь на данные самооценки состояния здоровья студентами, мы видим, что обучающиеся колледжа в своем большинстве дают положительную оценку своему здоровью.

- результаты тестирования физической подготовленности по отдельным показателям (скоростно-силовые, силовая выносливость, гибкость) свидетельствуют о готовности большинства студентов выполнить нормы комплекса «ГТО», однако более 50% студенток не смогли сдать нормы комплекса в упражнении «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа/подтягивание на низкой перекладине».

Литература:

1. Манжелей, И.В. Мониторинг физического состояния студентов // Вестник Южно-Уральского государственного университета. 2004. № 6 (б). С. 365-37.

2. Шатохин, А.Г. Манжелей И.В. Выявление отношения студентов к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» // Теория и практика физической культуры. 2015. № 9. С. 38.

УДК 796.015.865

Ю.В. Бородулина, магистрант

ТРАДИЦИИ И ИННОВАЦИИ В НОРМАТИВАХ КОМПЛЕКСА «ГТО»

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь, Россия, Пермь, yuliya_sport81@mail.ru

Аннотация: В данной статье рассмотрен исторический аспект комплекса ГТО. Он ориентирован на качественную физическую подготовку людей, в особенности подрастающего поколения. ГТО – это в первую очередь история нашей родины. С помощью данного комплекса прививается любовь к физической культуре и спорту.

Ключевые слова: ГТО; физическая культура и спорт; комплекс; физкультурный орден.

Y. Borodulina student

TRADITION AND INNOVATION IN STANDARDS SET "GTO"

Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia, yuliya_sport81@mail.ru

Annotation: This article deals with the historical aspect of the complex TRP. It is focused on quality physical training of people, especially the younger generation. GTO – it is primarily a history of our country. With this complex instilled a love of physical culture and sport.

Keywords: GTO; physical Culture and sport; complex; a sports award.

Комплекс «Готов к труду и обороне» - это своего рода некий венец советской системы физического воспитания, ее программная и нормативная основа.

Комплекс ГТО направлен на то, чтобы сформировать моральный и духовный облик советских людей, гармонично и всесторонне развить их физические и нравственные качества, укрепить здоровье и повысить творческую и трудовую активность.

В 1930 году газета «Комсомольская правда» опубликовала подборку материалов, объединённых заголовком «Крепкие мышцы, зоркий глаз нужны каждому трудящемуся!» Газета справедливо отмечала, что «занятия физическими упражнениями в наших кружках, на площадках и стадионах мало приспособлены к требованиям производства, к требованиям обороны». И выражая мнение Центрального комитета ВЛКСМ, предложила ввести нормативы, которые смогли бы проверить готовность трудящихся страны к труду и обороне. Каждый, кто сдастнормативы, получает право носить почётную награду - значок с надписью «Готов к труду и обороне». 11 марта 1931 года Всесоюзным советом физической культуры был утвержден Комплекс ГТО [1, с.3].

Нормативы сдавали знаменитые люди культуры, науки, производства. Организациям, успешно наладившим сдачу нормативов ГТО, вручались красные знамёна, отстающие получали переходящий «орден черепахи». Фотографии сдавших нормативы вывешивались на доске Почёта вместе с портретами передовиков производства.

«Физкультурным орденом» назвал значок ГТО маршал К.Е Ворошилов. Значок этот был изготовлен в 1931 году после объявленного конкурса, победителем которого вышел 15-летний школьник В. Токтаров. Доработать значок помог известный художник М. Ягужинский [1, с.19].

В 1934 году для школьников разработали нормативы БГТО — «Будь готов к труду и обороне». Это стало базовой ступенью комплекса. Помимо чисто спортивных зачетов учащиеся должны были иметь знания по оказанию первой помощи, уметь проводить занятия по физкультуре и судить определенные виды спорта.

Первый комплекс ГТО состоял всего из одной ступени и предполагал выполнение 21 испытания, 15 из которых носили практический характер, среди них: поднимание патронного ящика весом в 32 килограмма и безостановочное передвижение с ним на расстоянии 50 метров, умение ездить на велосипеде или умение управлять трактором, мотоциклом, автомобилем, верховую езду и продвижение в противогазе на 1 км.

Теоретические испытания проводились по военным знаниям и знаниям истории физкультурных достижений, основ физкультурного самоконтроля, оказанию первой медицинской помощи.

Испытания проводились на всех уровнях – в городах, селах и деревнях, на предприятиях и в организациях. Результаты заносились в билет физкультурника.

Первым обладателем знака ГТО I ступени стал знаменитый конькобежец Яков Федорович Мельников, первый заслуженный мастер спорта СССР, чемпион Европы 1927 года.

В комплекс ГТО II ступени вошло уже 25 испытаний – 3 теоретических и 22 практических. Были включены прыжки на лыжах с трамплина для мужчин, фехтование, прыжки в воду, преодоление полосы препятствий в военном городке.

В 1972 году комплекс ГТО делился на 5 возрастных категорий, каждая из которых имела свое название. Дети в возрасте от 10 до 13 лет относились к 1-й ступени - «Смелые и ловкие». Затем шла «Спортивная смена», куда входили мальчики и девочки 14-15 лет. Программа, предусмотренная для юношей и девушек, которым еще не исполнилось 18, носила название «Сила и мужество». Нормативы ГТО для мужчин от 19 до 39 лет и женщин от 19 до 34 лет относились к 4-й ступени - «Физическое совершенство», 5-я категория - «Бодрость и здоровье» - предназначалась для людей предпенсионного возраста, преданных спорту.

В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждались золотым или серебряным значком ГТО, выполняющие нормативы в течение ряда лет – «Почетным значком ГТО».

Комплекс нормативов для мальчиков и девочек от 10 до 13 лет состоял из 7 категорий, обязательных для сдачи, и 6 дополнительных, из которых можно было выбрать несколько по своему желанию. К дополнительным нормативам относились 1–2 дневный туристический поход, спортивное ориентирование – участие в соревнованиях.

13 марта 2013 г. в рамках, проводимого совещания, посвященному вопросам развития детско-юношеского спорта, глава государства В.В. Путин выступил с предложением, воссоздать на всей территории страны физкультурно-спортивный комплекс: «Думаю, что вполне уместно вспомнить позитивный опыт прошлых лет, когда в нашей стране действовал так называемый комплекс ГТО, его нормативы сдавали люди разных возрастов, это был реально работающий механизм... Эту систему нужно возродить».

Структура комплекса включает 11 ступеней, для каждого из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения в первых семи из них бронзового, серебряного или золотого знака и без вручения знака в остальных четырех в зависимости от пола и возраста. Кроме того, для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму.

Притягательная сила комплекса ГТО открыла дорогу в спорт молодым спортсменам. С выполнения нормативов комплекса ГТО начали свой путь знаменитые советские спортсмены, победители крупнейших международных соревнований. За 85 лет требования и нормативы менялись, расширилась география видов спорта, появилась возможность выбора относительно своих интересов. Проведенный опрос в мае 2016 года среди учащихся 5 – 11 классов г. Перми, выявил, что не все учащиеся знают о нормативах ГТО. Больший интерес проявляют учащиеся 9 – 11 классов. Более 70% школьников желают сдавать – туристический поход.

На наш взгляд, становится актуальным включать элементы туризма в третий урок физической культуры. При подготовке к такому нормативу, детям предлагаются нестандартные задания, такие знания, как укладка рюкзака, установка палатки, завязывания узлов – могут быть использованы и применены в жизненных ситуациях человека. Туристский поход – это далеко не только пройденные километры, но и приобретенные жизненные навыки.

При сдаче зачета по туристским навыкам рекомендуется проверить индивидуально знания основ топографии и краеведения (для сдающих нормы II ступени), навыки работы с картой, компасом и измерения расстояний на местности, а также умение переправляться по

бревну и разжигать костры. [2, с.16] В остальных случаях действует коллектив, в котором каждый человек может и должен помогать другому.

Библиографический список:

1. В.В. Горбунов. Энциклопедия значкиста ГТО – Москва «физкультура и спорта» 1978г, 157ст.
2. Ганапольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование, М.: Физкультура и спорт, 1987. - 240 с.

УДК 796.035

И.Ф. Сулейманова, И.И. Гумеров

НОВЫЕ КОНЦЕПЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИИ

ФГБОУ ВО Башкирский государственный медицинский университет Минздрава России, г. Уфа, Республика Башкортостан, XirinaF@mail.ru, Ilnurgumerov@yandex.ru

Аннотация. Физическая культура, как и любая сфера деятельности в современном мире, вплотную связана с инновациями. Это разработка новых концепций физического воспитания спортсменов, создание обновленной системы подготовки, переход к более современным методам сопровождения деятельности спортсменов на всех этапах, которые во многом становятся здоровьесберегающими и здоровьеформирующими для спортсменов и просто любителей спорта.

Ключевые слова: спорт, йога, стретчинг, ходьба.

I. Suleymanova, I. Gumerov

NEW CONCEPTS OF PHYSICAL EDUCATION AS A HEALTH MAKING TECHNOLOGIES

SBEI HPE Bashkir State Medical University, Ufa, the Russia, XirinaF@mail.ru, Ilnurgumerov@yandex.ru

Abstract. Physical education, as any area of activity in the modern world, is closely linked to innovation. It is the development of new concepts of physical training of athletes, development of an improved training system, the transition to more modern methods of tracking activity athletes at all stages, which are largely health-making for athletes and sports fans simply.

Key words: sport, jog, stretching, walking.

Применение инновационных технологий характерно не только для профессионального спорта - новые технологии и методики тренировки применяются при физической подготовки студентов в вузах. Благодаря этому достигается грамотное развитие физических способностей и пробуждению интереса у студентов к занятиям физкультурой [2].

Физическое воспитание студентов – составная часть учебной программы высшего образования, результат комплексного воздействия на личность будущего специалиста в процессе формирования его профессиональной компетенции [1].

В рамках традиционной организации физического воспитания не всегда есть возможности для индивидуального подхода, кроме того, она не ориентирована на возможность выбора студентом вида физической активности, а это, как известно, не стимулирует интереса к занятиям. Поэтому для преподавателей физической культуры все более актуально вводить новые методики занятий. К новым методикам можно отнести использования нетрадиционных видов спорта в учебной практике.

Многие нетрадиционные виды спорта дошли до нас из глубокой древности. К ним можно отнести восточные системы физических упражнений. Одной из таких систем является йога.

Йога – философско-религиозная система, в основе которой лежит умение и метод управления психикой и физиологическими проявлениями организма человека. Занятие йогой соединяют в себе методы достижения искусства напряжения и расслабление мышц, основанные на формуле: растяжение, релаксация, глубокое дыхание, усиленная циркуляция крови и концентрация. Таким образом, применение Йоги в учебной практики позволяет:

1. Развивает гибкость и физическую силу студентов.
2. Легко комбинировать йогу с другими упражнениями.
3. Доступность для студентов специальной медицинской группы.
4. Упражнения оказывают релаксирующее и успокаивающие воздействие.

Помимо нетрадиционных видов спорта в учебном процессе так же активно используется виды спорта относительно новые и набирающие популярность. Например, стретчинг.

Стретчинг (stretch) - упражнения на растягивание. Стретчинг оказывает стимулирующее воздействие на кровообращение и циркуляцию лимфы в организме, оказывает расслабляющее действие на мышцы и снимает различные боли, вызванные стрессами и напряжениями нервной системы. Упражнения, включаемые в занятия, помогают мышцам восстановиться путем возврата от сокращенного состояния к прежней длине (в покое) [5].

Мышцы, регулярно тренируемые в растягивании, сохраняют свою эластичность, хорошо снабжаются кровью и питательными веществами.

Скандинавская ходьба.

Скандинавская ходьба – высокоэффективный вид физической активности, в котором используются определенная методика занятия и техника ходьбы при помощи специально разработанных палок.

Эффекты от занятий скандинавской ходьбой:

1. Поддерживает тонус мышц верхней и нижней частей тела.
2. Тренирует около 90 % всех мышц тела.
3. Уменьшает при ходьбе давление на колени и позвоночник, что немаловажно для людей, имеющих проблемы с суставами.
4. Улучшает работу сердца и легких, увеличивает пульс на 10-15 ударов в минуту по сравнению с обычной ходьбой.
5. Идеальна для исправления осанки и решения проблем шеи и плеч.
6. Улучшает чувство равновесия и координацию.[4]

Вывод. Таким образом, введение новых разработок в тренировочный процесс студентов дает ряд преимуществ перед обычными тренировками. Они позволяют оптимизировать тренировочный процесс, сделать его эффективным. Пробуждают интерес к профессиональным и любительским видам спорта, в целом положительно влияет на физическое развитие студентов Высших учебных заведений.

Список используемой литературы:

1. Бака Р. Региональные особенности формирования физической культуры студентов // СПб.: Стратегия будущего, 2008. - 140 с.
2. Родькин Д.А., Колпакова Е.М. Инновационные технологии физического воспитания и спортивной подготовки // - М.: Теория и практика физ. культуры. - 2006. - № 3. - С. 5-13.
3. Сайт http://pantikapei.ru/novyj-vid-fizkultury-skandinavskaya-xodba.html. Статья “Новый вид физкультуры - Скандинавская ходьба”
4. Википедия, Скандинавская ходьба
5. Статья “Инновационные спортивные технологии”, сайт http://www.badm.ru/news/federation/1930
6. Статья “Инновационные разработки в спорте высших достижений”, сайт http://fitnesburg.ru/ivanovih/3649-innovatsionnye-razrabotki-v-sporte-vysshih-dostizheniy

М.Ю. Мельчакова, студент

О КОНВЕРСИИ СРЕДСТВ МАССОВЫХ ИНФОРМАЦИЙ РОССИИ В ВФСК ГТО ДЛЯ ДИНАМИЧНОГО ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА

Тюменский госуниверситет, г. Тюмень, Россия

Аннотация. *В данной статье рассматриваются результаты анализа базы СМИ в РФ за 2014-2015 гг. по вопросам ВФСК ГТО, представлен рейтинг упоминаний ГТО в СМИ по уровням и по регионам, приведены наиболее заметные информационные поводы ВФСК ГТО в Интернет-СМИ.*

Ключевые слова: *средства массовой информации, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО, Интернет-ресурсы.*

M. Melchakova, student

ANALYTICAL STUDY OF MEDIA DATABASES IN THE RUSSIAN FEDERATION ON ISSUES OF ASC RLD

Tyumen state University, Tyumen, Russia

Abstract. *This article discusses the results of a database analysis of the media in Russia in 2014-2015 on the issues of ASC RLD, the references to TRP in the media and by region, the most notable news-worthy ASC RLD in online media.*

Key words*: mass media, the all-Russian sports complex TRP, and Internet resources.*

Ведение. Подписание 24 марта 2014 года Президентом РФ В.В. Путиным Указа №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» определило вектор развития системы физической культуры в стране. Важное место в плане внедрения ВФСК ГТО отводится процессу информирования через средства массовой информации (СМИ).

Само движение ГТО на современном этапе без агитационно-пропагандистского сопровождения не сможет стать неотъемлемой частью российской спортивной культуры. Поэтому необходимо разработать и проводить четкую информационную политику, способную, с одной стороны, возродить у российских граждан желание быть здоровым, а с другой – создать стереотип, что физически и интеллектуально развитый человек является конкурентоспособным и успешным в современном обществе. Новая пропагандистская кампания движения ГТО должна учитывать не только хорошо проверенные временем каналы коммуникации - СМИ и другие медийные средства, но и новые технологии в этой области. Прежде всего, это касается Интернета с его возможностями выхода на различные сегменты аудитории за счет социальных сетей, информационных порталов, форумов.

Цель нашего исследования: провести анализ базы СМИ в РФ за 2014-2015 гг. по вопросам ВФСК ГТО.

Для достижения цели исследования нами были поставлены **следующие задачи:**

- изучить базу СМИ за 2014-2015 гг. по вопросам ВФСК ГТО в СМИ;
- выявить рейтинг упоминаний ГТО в СМИ, по уровням власти и по регионам.
- сформировать оценку эффективности деятельности СМИ в Тюменской области по вопросам комплекса ГТО;

Результаты исследования и их обсуждение: В период с 04.05.2016 по 15.09.2016 нами был проведен анализ СМИ в РФ за период 2014-2015 гг. Всего в база СМИ РФ: **25453 источников**. Из них:

- 2174 газет;
- 627 журналов;
- 53 радиостанций;
- 8 федеральных телеканалов;
- 506 информагенств;
- 19496 Интернет-СМИ;
- 2328 блогов.

Упоминания ВФСК ГТО в СМИ Таблица 1.

Категории СМИ	Газеты	Журналы	Информагентства	Интернет	ТВ	Радио	Блоги
(ГТО)	13453	389	17165	68692	3230	551	1475

По количеству сообщений Интернет-СМИ занимают лидирующее место (табл.1). На сегодняшний день, Интернет-СМИ является главным источником получения информации для большинства жителей Российской Федерации. Этот вид СМИ обладает ярко выраженной тенденцией к постоянному увеличению числа пользователей, а также способен охватывать аудиторию практически круглосуточно вне зависимости от ее географического расположения. В условиях преодоления территориальных и временных ограничений Интернет обладает большим потенциалом по сравнению с привычными средствами массовой информации, объединяя визуальные, звуковое, печатное и видео-представление данных и обеспечивая любой необходимой информацией на любом уровне заинтересованных в ней пользователей.

Для СМИ по запросам ВФСК ГТО характерна тенденция, в соответствии с которой аудитория предпочитает региональные средства массовой информации всем прочим (табл.3). Главным образом это связано с тем, что местная редакция имеет возможность более полно учитывать запросы населения.

Таблица 2.

Наиболее заметные информационные поводы ВФСК ГТО в Интернет-СМИ

Событие	Количество сообщений	Заметность события
ГОТОВ - К ТРУДУ И ОБОРОНЕ	747	217,04
Зюганов заявил, что сдал бы нормы ГТО лучше Жириновского	398	123,66
Депутат ГД: любой россиянин сможет сдать нормы ГТО с 2017 года	326	121,84
ЗА ЗОЛОТЫМ ЗНАЧКОМ	298	89,53
Физкульт-тренд	154	71,67
Песков: уровень ежедневных занятий спортом Путина перекрывает нормы ГТО	247	70,58
Регионы получат около 130 миллионов рублей на внедрение комплекса ГТО	333	68,82
В 2016 году все российские регионы получат господдержку для внедрения комплекса ГТО	196	67,41
В Минспорте РФ предложили награждать россиян знаками отличия ГТО	200	55,18
Международный форум "РФ - спортивная держава" откроется в Чебоксарах	190	51,48
Знак ГТО на груди у него	74	44,06
Госдума приняла в I чтении законопроект о возрождении комплекса ГТО	148	42,78
Путин выступает за восстановление системы ГТО и ДОСААФ	91	34,93
Путин: Россия вернулась в лидеры мирового спорта, однако почивать на лаврах рано	32	34,21
Губернаторам засчитают нормы ГТО	142	33,65
Медведев утвердил положение о комплексе ГТО	115	32,59
Более 500 тыс жителей Кузбасса сдали нормативы ГТО	186	32,37
День знаний в России	84	31,97
Полтора миллиона москвичей сдали нормы ГТО	138	31,24
Депутат: возрождаемый комплекс ГТО не станет "обязаловкой"	151	31,1
Минспорт: более 5 млн россиян заявили о желании сдать нормы ГТО	118	30,64
Физкульт-привет из прошлого: как в России возрождают ГТО	58	29,03
В День России на Урале стартует первый форум ГТО	78	27,26
В Бурятии нормы ГТО первыми начнут сдавать школьники 5-11 классов	98	26,28
Отжать значок	386	25,93
Главный полицейский Москвы подтянулся 16 раз и выполнил нормы ГТО	71	25,01

Двенадцать российских регионов 1 сентября начнут внедрять у себя комплекс ГТО	78	24,93
На Дне открытых дверей в МГУ расскажут о новых правилах приема	87	24,86
Виталий Мутко: дома храню несколько значков ГТО	103	23,88
Во Всемирный день здоровья в Подмосковье пройдет массовое тестировании комплекса ГТО	258	23,65
Минспорта решило, на жителях каких регионов будут испытывать нормы ГТО	92	23,23
Двукратный олимпийский чемпион Алексей Воевода завершил карьеру	54	22,74
Будете здоровы?	51	22,6
Льготы абитуриентам со значком ГТО закрепят законодательно	114	22,58
Карелин: ГТО может стать критерием оценки местной власти	83	22,5
Бизнесу предложат льготы за работников, сдавших нормы ГТО	66	22,04
Презентация знаков отличия и портала ГТО состоялась в Чебоксарах	89	21,92
Московские школьники начнут сдавать нормы ГТО с марта 2015г.	115	21,89

Таблица 3.

Упоминания по уровням СМИ

Федеральные	15%
Региональные	82%
Зарубежные	3%

С помощью таблицы 4, можно увидеть, что Тюменская область в списке упоминаний по регионам ГТО в СМИ занимает лишь 29 место. Региональным властям необходимо использовать весь арсенал средств для создания действенной системы пропаганды ГТО в Тюменской области. От профессиональной работы журналистов во многом зависит правильное

Таблица 4.

Упоминания по регионам комплекса ГТО в СМИ

Место	Регион	Количество сообщений	Округ
1	Москва	18845	Центральный федеральный округ
2	Московская область	15732	Центральный федеральный округ
3	Республика Татарстан	3118	Приволжский федеральный округ
4	Ханты-Мансийский автономный округ	2820	Уральский федеральный округ
5	Саратовская область	2625	Приволжский федеральный округ
6	Красноярский край	2495	Сибирский федеральный округ
7	Челябинская область	2165	Уральский федеральный округ
8	Свердловская область	1976	Уральский федеральный округ
9	Чувашская Республика	1943	Приволжский федеральный округ
10	Санкт-Петербург	1920	
29	Тюменская область	808	Уральский федеральный округ
85	Чукотский автономный округ	18	Дальневосточный федеральный округ

понимание каждым гражданином значения комплекса для себя и своего здоровья. Без качественной информационной работы невозможна эффективная интеграция комплекса в систему патриотического воспитания населения Тюменской области.

По результатам нашего исследования мы можем сделать следующие **выводы:**

1. При аналитическом исследовании базы СМИ в РФ по вопросам ГТО было найдено 25453 источников. Лидирующее место среди всех СМИ занимает Интернет-СМИ. Очень важно использовать весь арсенал СМИ для создания действенной системы пропаганды в этой сфере.

2. Рейтинг упоминаний ГТО в СМИ выявил тенденцию, в соответствии с которой аудитория предпочитает региональные средства массовой информации всем прочим. Региональным властям Тюменской области необходимо увеличить информированность СМИ.

3. Информатизация ВФСК ГТО через СМИ должна открыть широкие возможности для формирования системы физического воспитания, способствовать массовому вовлечению населения в освоение ценностей ФК и эффективной интеграции комплекса в систему патриотического воспитания.

Литература

1. Зуев В.Н. Управление системой спортивного соревнования на федеральном и региональном уровнях: Учебное пособие / В.Н. Зуев. – М.: Физическая культура, 2016. – 256 с.

2. Мельчакова М.Ю. Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: материалы X Международной научно-практической конференции / Уфимск. гос. авиац. техн. ун-т. – Уфа: Уфимск. гос. авиац. техн. ун-т, 2016. – 659 с.

3. Мельчакова М.Ю. Информатизация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО через СМИ в общеобразовательных учреждениях Тюменской области. и / М.Ю. Мельчакова // Туризм: гостеприимство, спорт, индустрия питания: материалы Всерос. научн.-практ. конф., г.Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2015. – С. 274-277.

4. Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)"// Собрание законодательства Российской Федерации, 2014, № 25, ст. 3309.

5. Федеральный закон от 05.10.2015 № 274-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и отдельные законодательные акты Российской Федерации» (Электронный ресурс). – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_186927/3d0cac60971a511280cbba229d9b6329c07731f7/. (Дата обращения: 27.02.2016).

УДК 796.03

О.В. Андреева, канд. пед. наук, доцент,
В.Г. Гусева, С.С. Скоробогатов

ВОЗРОЖДЕНИЕ КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В РЕАЛИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет им Г.И. Носова», г. Магнитогорск, Российская Федерация

Актуальность. *Те, кто учился в школе еще до распада Советского союза, помнят три заветные буквы - ГТО, или «Готов к труду и обороне» - программу физической и культурной подготовки, которая основывалась на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения [1].*

Ключевые слова: *физкультурно-оздоровительный комплекс, ГТО*

O. Andreeva, Ph.D, assistant professor; V. Guseva; S. Skorobogatov

RECOVERY OF COMPLEX «READY FOR LABOR AND DEFENSE» IN REALITIES OF MODERN SOCIETY

Nosov Magnitogorsk State Technical University

Abstract. *Those people who went to school before the breakup of the Soviet Union, remember three cherished letters - GTO, or "Ready for Labor and Defense" - a program of physical and cultural training, which was based on a single and a state-supported system of patriotic education population [1].*

Keywords: *physical and recreation complex, GTO*

Инициатива возродить в России физкультурно-оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне» очень благородная, особенно на фоне общего ухудшения здоровья населения и прогрессивного распространения вредных привычек среди молодёжи. Планируется, что ГТО, благодаря возможным льготам за показанные достижения, будет стимулировать население заниматься физической культурой и спортом, повышая уровень здорового образа жизни в стране [2].

К сожалению, в современном мире, тема спортивного образа жизни стоит далеко ни на первом месте. Большинство людей в современном обществе не считают нужным посещать спортивные заведения, более того, многие люди стали настолько ленивы, что практически не выходят из дома просто так погулять. Причина такого явления — развитие современной инфраструктуры, которая с каждым годом все больше и больше помогает «облегчить» человеческое существование, доступность транспорта заставляет людей больше ездить, нежели ходить. Социальные сети настолько заменяют нам общение, что мы все реже выходим с друзьями на прогулку в парк. Телевизор и интернет заменили нам с вами реальную жизнь, ведь большинство из нас после трудового дня отправляются не поплавать в бассейн или поиграть в футбол, а прямиком домой к своим «настоящим друзьям» компьютерным играм и вечерним телешоу.

Главная задача возрождения проекта ГТО — это привлечь интерес современной молодежи к спортивному образу жизни, создать здоровую альтернативу современным способам проведения своего досуга, развивать мышление молодого поколения в правильном направлении, а также укрепить их физические возможности.

История возникновения программы ГТО. В 1930 году «Комсомольская правда» обратилась к народам СССР с призывом быть здоровыми, сильными и спортивными. В обращении впервые говорилось о всесоюзных состязаниях на право получения значка ГТО («Готов к труду и обороне»). Спустя год комплекс ГТО был сформирован и введен официально. Спустя два года появился ГТО-2, который первыми сдали слушатели Военной академии им. Фрунзе [1]. На старты по сдаче ГТО выходили известные ученые, спортсмены, герои труда. Братья Знаменские, прославленные игроки московского «Спартака», подавали пример молодежи. Академик Павлов и писатель Максим Горький приветствовали интерес населения к физической культуре и спорту. В 1934 г. для школьников разработали нормативы БГТО — «Будь готов к труду и обороне». Это стала базовой ступенью комплекса. Помимо чисто спортивных зачетов учащиеся должны были иметь знания по оказанию первой помощи, уметь проводить занятия по физкультуре и судить определенные виды спорта [3].

В советские годы реализация комплекса ГТО была обусловлена неспокойной обстановкой в соседствующей с СССР Европой. Возможность обострения военного конфликта и привело к необходимости создания данного комплекса.

Комплекс упражнений. Структура комплекса включает 11 ступеней с градацией по возрасту (два-три года в детских возрастах и десять лет у взрослых), для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения в первых семи из них бронзового, серебряного или золотого знака и без вручения знака в остальных

четырех в зависимости от пола и возраста. Кроме того, для каждой ступени определены необходимые знания, умения и рекомендации к двигательному режиму.

Для создания такого комплекса упражнений, как ГТО, было приложено немало усилий современных тренеров и научных сотрудников в сфере физической культуре и спорта. Каждая ступень тщательно разрабатывалась в соответствии с возрастными и половыми различиями для достижения максимально точной картины возможностей человека, и определением лучших показателей среди испытуемых по данной программе.

Пути реализации проекта. Законом вводится понятие комплекса ГТО, определяются полномочия федерального, регионального и муниципального уровней по его реализации. В частности, местные органы самоуправления получили право создавать центры тестирования по выполнению нормативов комплекса. Кроме того, проводить тестирования по нормам ГТО могут также государственные образовательные учреждения и некоммерческие организации, включая спортивные клубы. Требования к уровню физической подготовки населения при выполнении нормативов ГТО утверждаются Министерством спорта РФ, они разделены на три уровня сложности, соответствующие золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия.

Правительство РФ будет обязано представлять президенту ежегодный доклад об уровне физической подготовки населения, содержащий оценку эффективности спортивных мероприятий по реализации ГТО.

На выполнение положений закона в федеральном бюджете заложено в общей сложности 1,2 млрд. руб. Как уточнил директор правового департамента Министерство спорта Российской Федерации Вадим Байрамов, в 2016 году на эти цели будет выделено 283 млн. руб. [4].

Уже начиная с весны 2014 года, проводились пробные испытания из программы ГТО. Во многих ВУЗах нашей страны альтернативой зачета по физкультуре путем стандартных нормативов был применен комплекс готов к труду и обороне.

Проблемы реализации проекта «ГТО». Важность комплекса ГТО, признаваемая на государственном уровне, говорит о том, что властью будут более серьёзно восприниматься проблемы, которые возникнут на пути к высоким результатам по ГТО. К ним стоит сейчас отнести недостаточное количество дворовых спортивных площадок для занятий упражнениями из области физической культуры. Когда население всерьёз начнёт заниматься физическими упражнениями, то обязательно возникнут вопросы доступности полноценной материально-технической базы, и очень важно понимать, из какого бюджета будут выделяться средства на развитие массового спорта.

Существует также проблема мотивации. Если в СССР ГТО широко пропагандировался и все средства массовой информации подчёркивали важность достижений в физической культуре и спорте, то сейчас такое вряд ли сильно заинтересует население. Мотивировать общество получением значка или звания, скорее всего, успешно не получится, скорее всего, оно отнесётся к этому с безразличием. Конечно, если проводить пропаганду здорового образа жизни с малых лет, и так, чтобы каждый человек попробовал оценить свою физическую подготовленность, сдав нормативы ГТО, а после осознал, каких усилий стоит достижение золотого значка ГТО, то, возможно, это в какой-то степени сработало бы, вызвав более сильное стремление к обладанию этим значком. Власти предлагают в качестве мотивирующего фактора использовать результаты ГТО при поступлении в вуз, но тут мы скорее больше согласимся с критиками этого предложения, потому что нельзя преграждать путь к знаниям человеку из-за того, что он физически не очень развит. Конечно, если это не касается спортивного вуза. Талантливые люди, возможно, будут просто отфильтрованы такой системой, что очень опасно для развития всего государства.

Вывод: Возрождение такого проекта, как «Готов к труду и обороне» вполне себя оправдывает. Физическое состояние населения нашей страны в целом не соответствует требованиям, предъявляемым современностью. Выбрав правильный курс для реализации

сформулированных задач, можно добиться больших успехов в улучшении здоровья нации. Преодолев главные проблемы, связанные с увеличением популярности комплекса ГТО и его финансирования, он сможет проявить себя в полную силу и дать хороший результат для каждого жителя нашей страны.

Список использованной литературы.

1. Комплекс ГТО будет возрожден в России. Информационный портал «Русь молодая». [Электронный ресурс] http://rumol.org/kompleks-gto-budet-vozrozhden-v-rossii/#more-25241 Режим доступа: 10.10.2016.
2. Особенности реализации всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «готов к труду и обороне» на современном этапе. Научно-издательский центр «Социосфера» [Электронный ресурс] http://www.sociosphera.com/publication/conference/2014/271/osobennosti_realizacii_vserossijskogo_fizkulturnoozdorovitelnogo_kompleksa_gotov_k_trudu_i_oborone_na_sovremennom_etape/ Режим доступа: 10.10.2016
3. Sport-обзор История ГТО в СССР [Электронный ресурс] http://www.sportobzor.ru/a-vy-znaete/istoriya-gto-v-sssr.html Режим доступа: 10.10.2016
4. ГТО. Таблица нормативов ГТО [Электронный ресурс] http://gto-normativy.ru/tablica-normativov-gto-2014/ Режим доступа: 10.10.2016

А.В. Муравьёва

ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ОТРАСЛИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ (НА ПРИМЕРЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД СУРГУТ)

Управление физической культуры и спорта Администрации города Сургута, г. Сургут, Российская Федерация, mmmav@mail.ru

Аннотация. В данной статье рассмотрены правовые аспекты и особенности структуры органов управления в сфере физической культуры и спорта. Проанализированы изменения в структуре органов управления в сфере физической культуры и спорта в муниципальном образовании городской округ город Сургут. Выявлена и обоснована необходимость изменения структуры органов управления в сфере физической культуры и спорта на муниципальном уровне. На основе проведенного исследования автором предлагается рассмотреть единый подход к структуре органов управления в сфере физической культуры и спорта на муниципальном уровне для городов и городских районов с численностью населения свыше 300 тысяч человек.

Ключевые слова: орган управления в сфере физической культуры и спорта, органы местного самоуправления, структура, полномочия, физическая культура и спорт.

A.V. Muravyova

LEGAL ASPECTS OF DEVELOPMENT OF THE INDUSTRY "PHYSICAL CULTURE AND SPORT" AT THE MUNICIPAL LEVEL (IN THE EXAMPLE OF THE MUNICIPALITY CITY DISTRICT CITY OF SURGUT)

Department of Physical Training and Sports Administration of the city of Surgut Surgut, Russian Federation, mmmav@mail.ru

Annotation. This article examines the legal aspects and features of the structure of government in the sphere of physical culture and sports. The changes in the structure of government in the sphere of physical culture and sports in the municipality city district city of Surgut. And revealed the necessity of changes in the structure of government in the sphere of physical culture and sport at the municipal level. On the basis of research by the author is invited to consider a common approach to the structure of the management bodies in the sphere of physical culture and sport at the municipal level for cities and urban areas with a population over 300 thousand people.

Keywords: management body in the sphere of physical culture and sports, local authorities, the structure, powers, physical culture and sport.

Конституционной основой развития физической культуры и спорта в стране являются нормы Конституции РФ:

- статья 41: «… поощряется деятельность, способствующая укреплению здоровья человека, развитию физической культуры и спорта»;

- статья 72: «… в совместном ведении РФ и субъектов РФ находятся вопросы воспитания, образования, науки, культуры, физической культуры и спорта» [5, 10].

Основу законодательства РФ о физической культуре и спорте составляет Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» (с изменениями), который устанавливает правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности в области физической культуры и спорта в Российской Федерации и определяет основные принципы законодательства о физической культуре и спорте [10].

Значимым фактором в развитии физической культуры и спорта в стране, регионах и муниципальных образованиях является правильно выстроенная структура органов управления.

Важным моментом в определении сущности управления является вопрос отношений управления, или управленческих отношений. В процессе совместной деятельности люди и организации вступают в определенные отношения между собой. Специфика управленческого труда заключается в том, что для решения задач организации и эффективного руководства ею происходит его горизонтальное, вертикальное и функциональное разделение. Это явление свойственно любой организации, независимо от её величины и характера деятельности. В результате создаётся определённая организационная структура, в конечном итоге призванная улучшить работу организации [1].

В настоящее время со стороны государства и правящих лиц уделяется большое внимание развитию физической культуры и спорта в стране, становлению эффективной структуры управления отраслью, о чём свидетельствуют проведённые структурные преобразования.

На федеральном уровне органом исполнительной власти в сфере физической культуры и спорта является Министерство спорта Российской Федерации.

Указом Президента Российской Федерации от 21.05.2012 № 636 «О структуре федеральных органов исполнительной власти» Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации преобразовано в Министерство спорта Российской Федерации с передачей его функций [5, 10]. Установлено, что Федеральное агентство по делам молодежи находится в ведении Министерства образования и науки Российской Федерации, Федеральное агентство по туризму - в ведении Министерства культуры Российской Федерации.

Постановлением Правительства РФ от 31.05.2012 № 536 определены вопросы Министерства спорта Российской Федерации. В соответствие Приказом Министерства спорта РФ от 21.06.2012 № 2 "О структуре Министерства спорта Российской Федерации" структура органов управления РФ в сфере физической культуры и спорта, Министерство спорта РФ состоит из 9 департаментов, объединяющих в себе 50 отделов [5, 10].

На уровне субъекта РФ (Ханты-Мансийский автономный округ – Югра).

В соответствии с постановлением Губернатора Ханты-Мансийского автономного округа - Югры от 13.04.2010 № 67 "О структуре исполнительных органов государственной власти Ханты-Мансийского автономного округа - Югры" органом управления в области физической культуры и спорта является департамент физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, функции в области молодёжной политики и культуры выполняют отдельные структуры: департамент образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры и Департамент культуры Ханты-Мансийского автономного округа – Югры соответственно.

Департамент физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры является исполнительным органом государственной власти ХМАО-Югры, осуществляющим функции по реализации единой государственной политики и нормативному правовому регулированию, оказанию государственных услуг в сфере физической культуры и спорта [6, 7, 10].

На муниципальном уровне наблюдается разный подход к структуре органов управления в сфере физической культуры и спорта, во многих муниципальных образованиях, как правило с маленькой численностью населения, данные органы управления не наделены статусом юридического лица.

В городах Нефтеюганск, Ханты-Мансийск, Урай, Салехард органы местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта наделены правом юридического лица:

Комитет физической культуры и спорта администрации **города Нефтеюганска** (далее – Комитет) создан путем реорганизации в порядке разделения департамента по социальным вопросам администрации города на основании решения Думы города Нефтеюганска от 13.06.2011 № 86-V «О внесении изменений в решение Думы города «О структуре администрации города Нефтеюганска». В соответствии с положением, утверждённым решением Думы г. Нефтеюганска от 29.04.2014 № 797-V "Об утверждении Положения о комитете физической культуры и спорта администрации города Нефтеюганска", Комитет обладает правами юридического лица и является муниципальным казенным учреждением; имеет самостоятельный баланс и смету, лицевые счета в органах Федерального казначейства, круглую печать со своим наименованием, в том числе с изображением герба муниципального образования город Нефтеюганск; имеет в оперативном управлении обособленное имущество, может от своего имени приобретать и осуществлять имущественные и личные неимущественные права, нести обязанности, быть истцом и ответчиком в суде; является главным распорядителем бюджетных средств; осуществляет в соответствии с подведомственностью полномочия учредителя муниципальных бюджетных и автономных учреждений города [10].

Управление физической культуры, спорта и молодежной политики Администрации **города Ханты-Мансийска** обладает правами юридического лица, является муниципальным казенным учреждением, имеет печать, штампы и бланки установленного образца, а также счета, открываемые в соответствии с законодательством Российской Федерации. В структуру Управления входят отделы по молодёжной политике, физической культуре и спорту, финансовый отдел [2].

Управление по физической культуре, спорту и туризму администрации **города Урая** выполняет функции главного распорядителя бюджетных средств для учреждений, определенных постановлением администрации г. Урая [3].

В соответствии с положением, утверждённым решением городской Думы от 26.04.2010 № 42, Управление по физической культуре и спорту Администрации муниципального образования **город Салехард** является юридическим лицом, имеет обособленное имущество в оперативном управлении, отдельную бюджетную смету, печать и бланки с воспроизведением герба муниципального образования, иные печати, штампы и бланки установленного образца, необходимые для осуществления его деятельности, лицевые счета в уполномоченных органах в сфере финансов, открытые в соответствии с нормативными правовыми актами, регулирующими бюджетные правоотношения [4, 11].

Город Сургут.

До 01 июля 2016 года, в соответствии с решениями Думы города от 01.03.2011 № 862-IV ДГ «О структуре Администрации города» и от 24.05.2012 № 189-VДГ "О Положении о департаменте культуры, молодёжной политики и спорта Администрации города", орган управления в сфере физической культуры и спорта входил в состав департамента культуры, молодежной политики и спорта Администрации города Сургута. Для обеспечения деятельности основных отраслевых структур (комитет по физической культур и спорту. Управление культуры, комитет молодёжной политики) в состав департамента входили отделы: развития и информационно-аналитической деятельности, бухгалтерского учёта, планово-экономический, закупок и комплексной безопасности объектов.

В соответствии с распоряжением Администрации города от 01.07.2016 № 1179 «Об утверждении положения об управлении физической культуры и спорта Администрации го-

рода» Управление физической культуры и спорта Администрации города Сургута создано в целях решения вопросов местного значения, установленных Федеральным законом от 06.10.2003 № 131-ФЗ "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации", и реализации государственных полномочий в сфере физической культуры и спорта, установленных Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 329-ФЗ), иных функций и полномочий, установленных законодательными актами:

1. Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и в соответствии с планом мероприятий, утвержденным Распоряжением Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 № 1165-р, издано распоряжение Администрации города Сургута от 19.12.2014 № 4358 «Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)» [5, 10].

2. В соответствии с Федеральным законом № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации» Управлением решаются вопросы местного значения городского округа, закрепленные в ст. 7 гл. 1 Устава города [8, 9, 10]:

в полном объеме: обеспечение условий для развития на территории городского округа физической культуры, школьного спорта и массового спорта, организация проведения официальных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий городского округа;

частично: организация предоставления дополнительного образования детям в спортивных школах; организация отдыха детей в каникулярное время.

Также, Управление принимает участие в решение вопросов местного значения городского округа, закрепленные в ст. 7 гл. 1 Устава города: обеспечение первичных мер пожарной безопасности в границах городского округа; организация мероприятий по охране окружающей среды в границах городского округа; участие в профилактике терроризма и экстремизма; разработка и осуществление мер, направленных на укрепление межнационального и межконфессионального согласия, поддержку и развитие языков и культуры народов Российской Федерации, проживающих на территории городского округа, реализацию прав национальных меньшинств, обеспечение социальной и культурной адаптации мигрантов, профилактику межнациональных (межэтнических) конфликтов [8, 9, 10].

3. В соответствии со ст. 9 ФЗ № 329-ФЗ до 11.07.2015 года органами местного самоуправления в области физической культуры и спорта осуществлялась деятельность в рамках реализации 7-ми полномочий [10].

В связи с принятием федеральных законов "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и отдельные законодательные акты Российской Федерации" от 29.06.2015 № 204-ФЗ, от 05.10.2015 № 274-ФЗ к полномочиям органов местного самоуправления в области физической культуры и спорта отнесено ещё 4 полномочия. В целях обеспечения мер для развития физической культуры, школьного спорта и массового спорта органы местного самоуправления в области физической культуры и спорта наделены правом за счёт средств местных бюджетов обеспечивать мероприятия по подготовке спортивных сборных команд муниципальных районов и городских округов к официальным спортивным соревнованиям и участию в таких спортивных соревнованиях [10].

В связи с внесением изменений в Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" в городе Сургуте разработаны и приняты на заседании представительного коллегиального выборного органа местного самоуправления городского округа: решения Думы города от 17.09.2015№ 764-V ДГ «О реализации права органов местного самоуправления муниципального образования городской

округ город Сургут в области физической культуры и спорта», от № 17.09.2015 № 754-V ДГ «О внесении изменений в решение Думы города от 24.05.2012 № 189-V ДГ «О Положении о департаменте культуры, молодёжной политики и спорта Администрации города»; издано постановление Администрации города Сургута от 18.12.2015 № 8832 «Об утверждении порядка формирования и обеспечения спортивных сборных команд городского округа город Сургут» [8, 9, 10].

4. В рамках федерального закона от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» управление осуществляет координацию за деятельностью курируемых учреждений по проведению мероприятий по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних и индивидуальной профилактической работы [10].

5. С 2015 года во исполнение ч. 1-3 ст. 11 Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации», приказов Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 31.07.2015 № 528н и от 15.10.2015 № 723н органы местного самоуправления осуществляют реализацию индивидуальных программ реабилитации или абилитации инвалида и индивидуальных программ реабилитации или абилитации детей-инвалидов [10].

В настоящее время на всех уровнях власти одним из приоритетных направлений является физическая культура и спорт, большое внимание уделяется развитию массового и школьного спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, спорта инвалидов, привлечению к занятиям физической культурой и спортом лиц старшего и пожилого возрастов, студенческого спорта (созданию студенческих клубов), физической культуры детей дошкольного и школьного возраста, научно-методической деятельности.

Управление осуществляет деятельность со всеми целевыми группами населения города.

Согласно п. 2.1.3 ст. 2 решения Сургутской городской Думы от 28.06.2005 № 481-III ГД «Об утверждении Положения о порядке разработки структуры Администрации города» могут быть созданы **структурные подразделения Администрации города**: для выполнения в полном объеме полномочий по решению одного вопроса местного значения - Комитет, для выполнения полномочий по решению нескольких вопросов местного значения в рамках одной сферы деятельности (блока) – Департамент [8, 10].

В связи с упразднении департамента культуры, молодёжной политики спорта Администрации города, осуществленного в соответствии с решением Думы города от 01.03.2011 № 862-IV ДГ «О структуре Администрации города» (в редакции от 01.06.2016 № 890-VДГ) и распоряжением Администрации города от 07.06.2016 № 969 «Об упразднении департамента культуры, молодёжной политики и спорта Администрации города, утверждении плана ликвидационных мероприятий департамента культуры, молодёжной политики и спорта Администрации города и состава ликвидационной комиссии», в настоящее время органом управления в сфере физической культуры и спорта в городе Сургуте является управление физической культуры и спорта Администрации города **без наделения правами юридического лица**, деятельность которого курирует заместитель главы Администрации города Сургута по социальным вопросам. Функции финансово-экономического сопровождения возложены на вновь созданное муниципальное казённое учреждение, кадровые и иные функции по обеспечению деятельности Управления возложены на соответствующие структурные подразделения Администрации города [8, 9, 10].

Структура органа управления в сфере физической культуры и спорта города Сургута, несмотря на увеличение обязанностей в рамках установленного функционала и новых полномочий, не изменялась более 4-х лет (с 2012 года) и штатная численность Управления составляет 14 штатных единиц (до 2012 года штатная численность спорткомитета составляла 12 человек).

Оптимизация структур органов управления в сфере физической культуры и спорта является составной частью комплекса мер по повышению эффективности работы органов местного самоуправления. Органы местного самоуправления должны выбрать ту структуру, которая лучше всего отвечает поставленным целям и задачам по реализации вопросов местного значения и государственных полномочий, своевременно и адекватно реагирует на действия факторов внутренней и внешней среды, целенаправленно распределяет и координирует усилия сотрудников и таким образом повышает собственную конкурентоспособность.

Сегодня ощущается острая необходимость в научных исследованиях по проблеме оптимизации структур органов местного самоуправления, поиску новых подходов, разработке методик, обоснованию алгоритмов, позволяющих выбрать тот вид организационной структуры, который в наибольшей степени соответствует уровню развития муниципальных образований. Отсутствие научных разработок по отмеченным аспектам проблемы или низкое их качество приводит к тому, что оптимизация структур многими органами местного самоуправления не производится или осуществляется методом проб и ошибок, что снижает результативность их деятельности.

В соответствии с вышеизложенным, учитывая, что уровень сложности и объёмы выполняемой работы по реализации задач и функций органов управления в сфере физической культуры и спорта в рамках установленных государственных полномочий за последние 3 года значительно увеличились, а также в целях обеспечения социальной защищенности специалистов, считаем необходимым выработать на федеральном и/или региональном уровне единый подход к структуре органов управления в сфере физической культуры и спорта на муниципальном уровне с наделением их правом юридического лица, выполнением финансово-экономических функций и иных функций необходимых для их эффективной деятельности.

Список источников

1. Починкин, А. В. Менеджмент в сфере ФКиС : учеб. пособие / А. В. Починкин. – М.: Советский спорт, 2010. – 264 с.

Интернет источники:

2. http://admhmansy.ru/rule/admhmansy/adm/department-of-physical-culture-sports-youth-policy-and-tourism/powers/
3. http://www.uray.ru/otdel-po-fizicheskoi-kulture--sportu-i-turizmu
4. http://www.salekhardsport.ru/dokumenty
5. www.kremlin.ru
6. www.admhmao.ru
7. www.depsport.admhmao.ru
8. www.dumasurgut.ru
9. www.admsurgut.ru

Справочно-правовые системы:

10. «Гарант»
11. «КонсультантПлюс».

УДК 796.011.3

М. Дубровин; Л.А. Архипова, к.пед.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ ГОРОДА ТЮМЕНИ К СДАЧЕ НОРМ ВФСК ГТО

Тюменский государственный университет, институт физической культуры, г. Тюмень, dubrovin.judo@gmail.com

Аннотация. В статье рассматриваются актуальные вопросы внедрения ВФСК ГТО. Анализируется уровень готовности школьников к выполнению норм комплекса. Предлагается программа организационно-методических мероприятий по совершенствованию физкультурного образования в городе.

Ключевые слова. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», физкультурное образование.

M. Dubrovin; L. Arkhipova, Ph. D, associate Professor

ORGANIZATIONAL-METHODOLOGICAL SUPPORT TRAINING OF SCHOOLCHILDREN OF THE CITY OF TYUMEN TO PASS RULES ASC RLD

Tyumen state University, Institute of physical culture, Tyumen, dubrovin.judo@gmail.com

Abstract. The article discusses topical issues of implementation of ASC RLD. Examines the level of readiness of students to abide by the rules of the complex. Proposed program organizational and methodological activities to improve physical education in the city. Key words. The all-Russian sports complex "Ready for labor and defense", physical education.

Физическая культура и спорт, прежде всего, являются одним из важных средств воспитания молодежи. Придавая государственное значение физической культуре В.В. Путин и правительство, принимают все меры, чтобы она стала еще более активным средством воздействия на формирование подрастающего поколения, способствовала его гармоническому развитию и подготовке к защите Родины. Комплекс ГТО показал свою высокую эффективность. Массовость и прикладную направленность в период деятельности в СССР.

Возрождение физкультурно-спортивного комплекса ГТО – это, прежде всего рассчитанная на долгие годы программа оздоровления населения, программа продления творческой, полнокровной жизни людей, программа воспитания молодого поколения и программа разумного, целенаправленного, полезного отдыха.

Современный комплекс ГТО по своему содержанию так же выполняет функцию нормативного документа, формирующего основы системы физического воспитания различных слоев населения России. Однако, в последние годы сохраняется тенденция снижения уровня состояния здоровья россиян в целом. Специалисты физической культуры и здравоохранения констатируют факт снижения уровня физического здоровья, физической активности и физической подготовленности населения страны.

Таким образом, можно выделить несколько противоречий. С одной стороны, необходимость комплекса ГТО очевидна, он направлен на поддержание и улучшение здоровья молодых россиян. А с другой стороны, школьники еще не готовы к сдаче норм, у многих из них низкий уровень физического развития, а также не готовы и муниципалитеты, ощущается нехватка комплексных мер по введению ГТО.

Цель исследования – разработать и внедрить программу организационно-методических мероприятий по подготовке школьников города Тюмени к сдаче норм ГТО.

Объект исследования - физкультурное образование школьников.

Предмет исследования - программа организационно-методических мероприятий, направленных на подготовку школьников города Тюмени к сдаче норм ФСК ГТО.

Гипотеза исследования – мы предполагаем, что разработанная на основе анализа результатов мониторинга состояния (индекса) здоровья и физической подготовленностипо выполнению нормативов физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» школьников города Тюмени, программа организационно-методических мероприятий, позволить школьникам успешно справиться с требованиями ФСК ГТО.

Задача исследования:

1. Анализ научно-методической литературы по истории и нормативно правовой базе ВФСК ГТО.

2. Тестирование физической подготовленности школьников города по тестам ВФСК ГТО.

3. Анализ полученных результатов тестирования и разработка организационно-методических мероприятий по совершенствованию физкультурного образования школьни-

В мониторинге состояния (индекса) здоровья и физической подготовленности по выполнению нормативов физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» приняли участие учащиеся общеобразовательных учреждений в возрасте от 7 до 17 лет. На первом этапе было протестировано 2 416 учащихся. На втором этапе 2 449 учащихся.

Тестирования включало в себя:

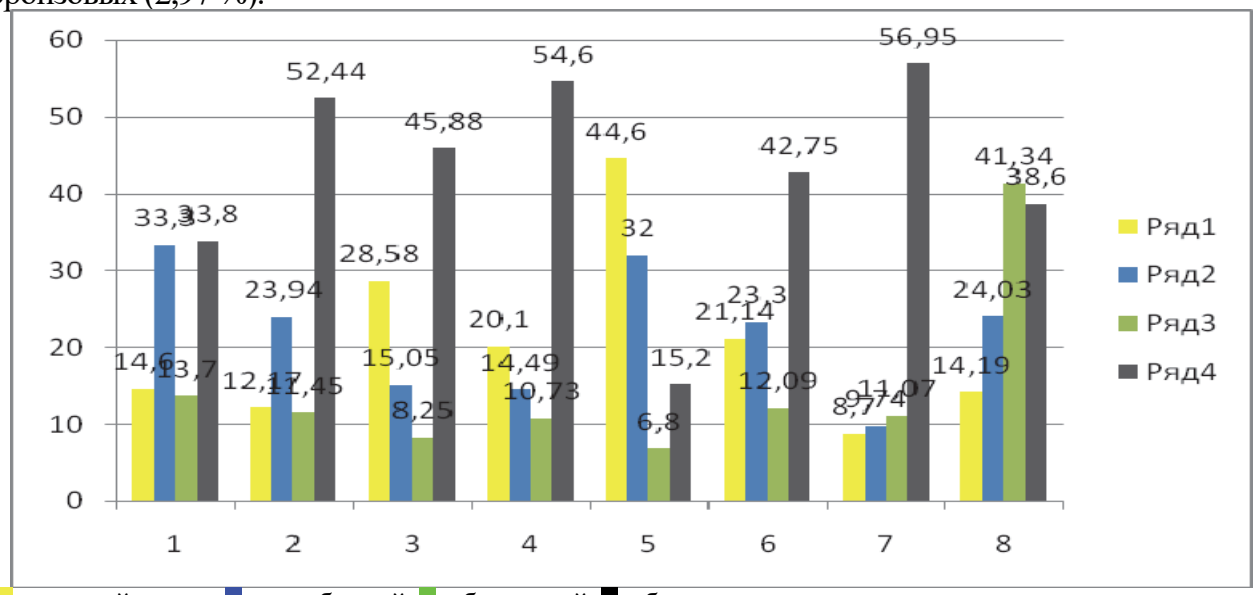
а) восемнадцать тестов по общей физической подготовленности физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: силовые способности (подтягивание из виса на высокой перекладине и из виса лежа на низкой перекладине (количество раз), поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)); скоростные способности (бег на 30, 60, 100 м (с)); гибкость (наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами); выносливость (смешанное передвижение (1 км), бег на 1, 1.5, 2 км, (мин, с)); скоростно-силовые способности (прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см), метание мяча весом 150 г (м), метание спортивного снаряда весом 500, 700 г (м)); координационные способности (челночный бег 3х10 м (с), метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз), стрельба из электронного оружия).

б) пять тестов для определения физического состояния: рост (см); масса тела (кг); ЖЕЛ (мл); сила кисти правой/левой руки (кг); ЧСС покоя (уд/мин); в) расчет жизненного индекса;

г) экспресс-оценку физической подготовленности по выполнению нормативов физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и физического здоровья.

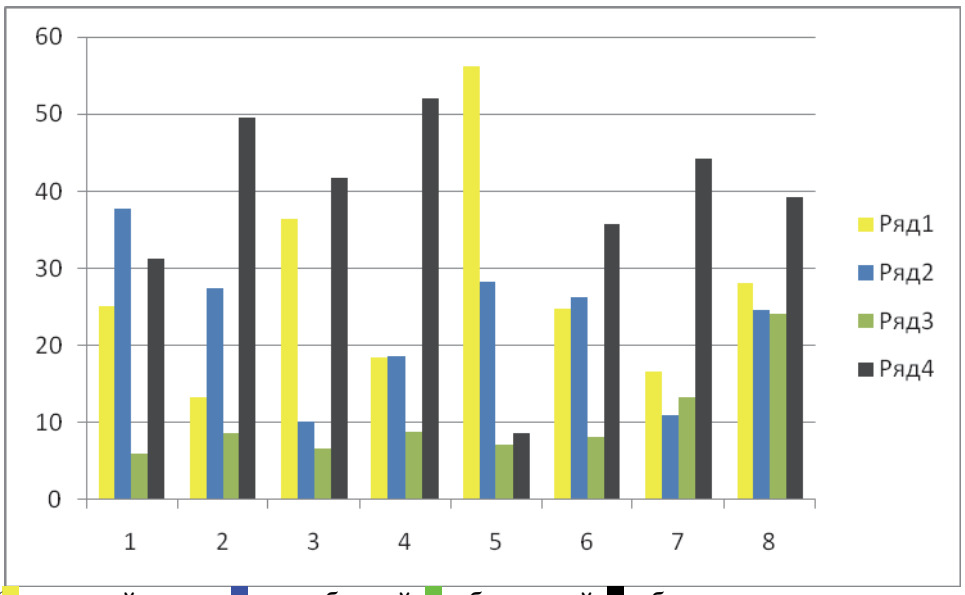
Из обобщенных результатов выполнения нормативов Комплекса ГТО мальчиками (рис.1) видно, что почти половина учащихся, справляются требованиями комплекса ГТО на значки различного наминала. Лучший результат получен в тесте «поднимание туловища» (золотой значок 44,6%). Такая же ситуация наблюдается и у девушек (рис. 2).

По условиям получения знака отличия Комплекса ГТО необходимо выполнить обязательные испытания (не менее 4 тестов), а также необходимое количество испытаний (тестов) по выбору. Из общего числа обследованных детей 5,38 % получили бы значки ГТО различного достоинства. Среди мальчиков число значкистов 74 человека или 5,53 %. Из них: 15 – золотых (1,12 %); 23 – серебряных (1,7 %); 36 – бронзовых (2,69 %). Среди девочек 56 значкистов (5,2 %). Из них: 2 – золотых (0,19 %); 22 – серебряных (2,04 %); 32 – бронзовых (2,97 %).



(□ – золотой значек; □ – серебряный; □ – бронзовый; ■ – без значка;
1 –челночный бег, 2-бег 30,60,100м, 3 –бег 1,1.5,2км,4- подтягивание, 5 –поднимание туловища, 6 – прыжок с места, 7 – метание, 8- наклон вперед)

Рис.1. Распределение результатов мальчиков по всем тестам Комплекса ГТО, в %



(□ – золотой значек; □ – серебряный; □ – бронзовый; □ – без значка
1 –челночный бег, 2-бег 30,60,100м, 3 –бег 1,1.5,2км,4- подтягивание, 5 –поднимание туловища, 6 – прыжок с места, 7 – метание, 8- наклон вперед)

Рис.2. Распределение результатов девочек по всем тестам Комплекса ГТО, в %

Вызывают озабоченность, полученные результаты выполнения норматива ТГО в тесте «подтягивание» - 54,6 % мальчиков и 52,03 % девочек не справились с требованиями. Та же ситуация в тестах: «прыжок в длину с места» (42,75% мальчиков и 35,69% девочек) и «метание» (56,95% мальчиков и 44,28% девочек). Таким образом, можно отметить, что для улучшения данных показателей одним из направлений корректировки учебного процесса и программного материала, должно стать развитие силовых и скоростно-силовых способностей у школьников.

Благодаря полученным результатам, можно обозначить основные направления совершенствования и коррекции учебного процесса и содержания программного материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях г.Тюмени.

Совершенствование учебного процесса:

-информационное обеспечение Департамента образование, директоров школ, учителей физической культуры, учащихся и их родителей об актуальном уровне физической подготовленности и физического здоровья учащихся (создание банка данных), их роли в жизнеобеспечении и жизнедеятельности школьников (создание информационных материалов);

- необходимо обратить внимание на создание в школах условий для своевременной коррекции у учащихся отклонений в развитии физических способностей и физического здоровья;

- для повышения методической грамотности учителей физической культуры в сфере коррекции физической подготовленности и физического здоровья школьников необходимо создание в городе «консультативного центра» и проведение тематических курсов повышения квалификации не реже одного раза в год (например, на базе кафедры теоретических основ физического воспитания ИФК ТюмГУ);

- необходимо стимулирование наиболее продуктивно работающих учителей физической культуры, директоров школ и самих учащихся;

- как вариант, можно порекомендовать использование третьего урока физической культуры для целенаправленной коррекции выявленных отклонений в физической подготовленности учащихся (мышечной и кардиореспираторной выносливости, силовых и скоростно-силовых способностей);

- возможно внесение изменений в организационную структуру урока физической культуры, для обеспечения условий дифференцированного коррекционного воздействия на

учащихся с низким уровнем развития. Реальным условием для этого является объединение детей по тому или иному низкому показателю для выполнения дополнительных заданий в подготовительной основной и заключительной части урока. Как вариант можно предложить внедрение специальной коррекционной части урока;

- необходимо усилить контроль за организацией физического воспитания детей дошкольного возраста с акцентированием на развитие кондиционных физических качеств (прежде всего силы и выносливости), т.к. именно в этом возрасте закладываются основы полноценного физического здоровья ребёнка;

- следует организовать занятия физической культурой с коррекционной направленностью в режиме учебного дня и во внеклассной работе;

- в каникулярное время в пришкольных и оздоровительных лагерях необходимо проведение коррекционной работы, направленной на целенаправленное повышение уровня развития у учащихся кондиционных физических качеств и физического развития.

Совершенствование программного материала:

- внести изменения в существующие программы по физическому воспитанию, заключающиеся в увеличении объема упражнений с коррекционной направленностью. Увеличение такого рода упражнений может быть достигнуто за счет вариативного компонента школьной программы (в начальной школе – 20-30%, в основной - 30-40%, в полной средней – 40-50%);

- разработка дифференцированного содержания разделов «Физкультурно-оздоровительная деятельность» и «Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью» программы с учетом выявленных физической подготовленности и физического здоровья. Именно эти разделы программы ориентированы на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья обучающихся и предлагают распределение упражнений по разделам базовых видов (вида) спорта и дополнительно группируются внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств;

- разработать комплекты домашних заданий по физической культуре и меры по проверке их выполнения с учетом имеющихся у детей индивидуальных недостатков в развитии физических качеств и физического здоровья;

- включить в содержание программного материала «Паспорт физической подготовленности учащегося» и вкладыш в дневник «Оцени себя».

- разработать программу физического воспитания для пришкольных и оздоровительных лагерей, направленную на развитие кондиционных физических качеств и физического развития детей, с учётом выявленных региональных особенностей.

УДК 796.062

Н.А. Ульянова, к. п. н.; С.Н. Буравлев, Е.А. Бояркина

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВОВ ИСПЫТАНИЙ ВФСК ГТО СТУДЕНТАМИ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ АЛТАЙСКОГО ГОСУДАРСВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

ФГОУ ВО «Алтайский государственный университет», г. Барнаул, Россия, ulyana_nata@mail.ru

Аннотация: В статье проведен сравнительный анализ выполнения нормативов испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» студентами основного и спортивного отделения Алтайского государственного университета. Анализ проведен у юношей и девушек по каждому виду испытания Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Выявлены испытания, где студенты показали высокие и низкие уровни выполнения нормативов. Определены общие рекомендации для преподавателей кафедры фи-

зического воспитания и тренеров спортивных секций в целях улучшения физической подготовки студентов.

Ключевые слова: ВФСК ГТО, студент, основное отделение, спортивное отделение, нормативы, испытания, знак отличия.

N. Ulyanova c. of p. s.; S. Buravlev, E. Boyarkina

COMPARATIVE ANALYSIS OF PERFORMANCE STANDARDS TEST ASC RLD STUDENTS BASIK AND SPORTS DEPARTMEHT ALTAI STATE UNIVERSITY

Federal state educational institution of higher education « Altai State University», Barnaul, Russia, ulyana nata@mail.ru

Abstract: In the article the comparative analysis of the performance test standards All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense" students basic and sports department of the Altai State University. The analysis was performed in boys and girls for each type of test the All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense". Tests revealed where students showed high and low levels of performance standards. Defined general guidelines for the teachers of the department of physical education and coaches of sports clubs in order to improve the physical fitness of students.

Keywords: ASC RLD, student, main compartment, sports department, specifications, tests, a mark of distinction.

Физической подготовке по всех странах всегда уделялось особое внимание в сохранении и укреплении здоровья человека. В нашей стране это было и будет одной из приоритетных задач.

Одним из индикаторов физической подготовленности различных слоев населения и студентов в том числе, должен стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО). Подготовка студенческой молодежи к выполнению нормативов испытаний ВФСК ГТО обеспечивается систематическими занятиями физической культурой по программе дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» и в спортивных секциях университета [3].

Структура ВФСК ГТО включает 11 ступеней (возрастных категорий от 6 до 70 лет), для каждой из которых установлены виды испытаний и нормативы их выполнения для права получения в первых семи ступенях бронзового, серебряного или золотого знака отличия и без вручения знака с 8 по 11 ступень в зависимости от пола и возраста [1,2,4].

В соответствии с Распоряжением Правительства РФ от 30 июня 2014 года № 1165-р «Об утверждении плана мероприятий по внедрению ВФСК «Готов к труду и обороне», внедрение шестой ступени ВФСК ГТО в высшие образовательные учреждения по всей стране началось в 2016-ом году [5]. В 2015-2016 учебном году студенты Алтайского государственного университета (АлтГУ), достигшие 18-ти лет и не превышающие возраст 29 лет, приняли участие во внедрении ВФСК ГТО в АлтГУ.

В испытаниях участвовали студенты основного отделения, занимающиеся физической культурой на академических занятиях по рабочей программе дисциплины «Элективные курсы по физической культуре». Занятия проходили два раза в неделю по два академических часа под руководством преподавателей кафедры физического воспитания АлтГУ.

В испытаниях так же приняли участие студенты спортивного отделения, занимающиеся в спортивных секциях АлтГУ, суммарная продолжительность занятий которых составляет от 10 до 12 академических часов в неделю.

Для объективного определения уровня физической подготовленности студентов, мы провели сравнительный анализ результатов испытаний ВФСК ГТО студентов основного и спортивного отделений среди юношей представлены в таблице 1.

В испытании приняли участие всего 75 студентов, из них 55 студентов основного отделения и 20 спортивного.

Таблица 1

Сравнительный анализ выполнения нормативов испытаний ВФСК ГТО студентами Алтайского государственного университета в 2015-2016 уч. году

Вид испытания	Студенты	Золотой знак отличия		Серебряный знак отличия		Бронзовый знак отличия		Без знака отличия		Всего
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во
Бег на 100 м	Спортивное отделение	13	86,7	2	13,3	0	0,0	0	0,0	15
	Основное отделение	15	37,5	21	52,5	1	2,5	3	7,5	40
Бег на 3 км	Спортивное отделение	12	80,0	2	13,3	0	0,0	1	6,7	15
	Основное отделение	2	5,4	15	40,5	8	21,6	12	32,4	37
Подтягивание на высокой перекладине/ Рывок гири 16 кг	Спортивное отделение	12	85,7	2	14,3	0	0,0	0	0,0	14
	Основное отделение	17	42,5	12	30,0	3	7,5	8	20	40
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Спортивное отделение	11	78,6	3	21,4	0	0,0	0	0,0	14
	Основное отделение	21	52,5	11	27,5	2	5,0	6	15,0	40
Прыжок в длину с разбега / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Спортивное отделение	11	91,7	1	8,3	0	0,0	0	0,0	12
	Основное отделение	19	52,8	10	27,8	6	16,7	1	2,8	36
Метание спортивного снаряда весом 700 г	Спортивное отделение	5	41,7	1	8,3	3	25,0	3	25,0	12
	Основное отделение	11	36,7	2	6,7	1	3,3	16	53,3	30
Бег на лыжах на 5 км	Спортивное отделение	14	100	0	0,0	0	0,0	0	0,0	14
	Основное отделение	4	11,8	6	17,6	2	5,9	22	64,7	34
Плавание на 50 м	Спортивное отделение	5	50,0	2	20,0	0	0,0	3	30,0	10
	Основное отделение	14	40,0	5	14,3	4	11,4	12	34,3	35
Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку	Спортивное отделение	2	16,7	1	8,3	1	8,3	8	66,7	12
	Основное отделение	0	0,0	2	16,7	3	25,0	7	58,3	12

Из таблицы видно, что количество юношей основного отделения, прошедших испытания, составляет 72,7% от общего заявленного количества, юношей спортивного отделения составляет 75%. Уточняя причины неявки студентов на испытания, нами было выявлены такие причины как: участие в научных конференциях, форумах, работа над учебными и контрольными работами, болезнь или незначительная травма опорно-двигательного аппарата на период испытания.

Сравнивая результаты по каждому виду испытаний ВФСК ГТО, можно констатировать, что студенты, занимающиеся спортом, показали лучше результат, чем студенты, зани-

мающиеся физической культурой только на академических занятиях. Результаты на золотой знак отличия, студенты, занимающиеся в спортивном отделении показали в испытаниях: бег на лыжах (100%), прыжок в длину (91,7%), бег на 100м (86,7%), подтягивание на высокой перекладине или рывок гири (85,7%), бег на 3 км (80%) и наклон вперед (78,6%). Количество студентов основного отделения, выполнивших нормативы на золотой знак отличия, не превышало 52,8%.

Самые слабые результаты студенты обеих групп, показали в испытании по стрельбе из пневматической винтовки: 66,7% студентов спортивного отделения без знака отличия и 58,3% студентов основного отделения. Так же, с низким результатом, студенты основного отделения выполнили испытания: бег на лыжах на 5км (64,7% без знака отличия) и метание спортивного снаряда (53,3% без знака отличия). Все остальные испытания, студенты АлтГУ выполнили на среднем уровне.

Кроме юношей, в 2015-2016 учебном году выполняли нормативы испытаний 35 студенток основного отделения кафедры физического воспитания и 37 студенток спортивного. Всего 72 студентки АлтГУ отнесены по возрасту к шестой ступени ВФСК ГТО (таблица 2)..

Как и у юношей, видно, что количество юношей основного отделения, прошедших испытания, составляет 89,2% от общего заявленного количества, юношей спортивного отделения составляет 97,1%. Причины неявки студенток на испытания такие же что и у юношей: участие в научных конференциях, форумах, работа над учебными и контрольными работами, болезнь или незначительная травма опорно-двигательного аппарата на период испытания.

Анализируя полученные результаты, можно констатировать, что студентки, занимающиеся физической культурой на академических занятиях в университете, показали более низкие результаты выполнения нормативов испытаний, чем студентки, занимающиеся спортом. В девяти испытаниях из десяти большинство студенток спортивного отделения, выполнили на золотой знак отличия ВФСК ГТО (от 66,7% до 100%). В отличие от этой группы, большинство студенток основного отделения на золотой знак отличия выполнили только в двух испытаниях: наклон вперед из положения стоя (75%) и поднимание туловища из положения лежа на спине (74,1%).

Низкие результаты студентки обеих групп показали в испытании стрельбы из пневматической винтовки: без знака отличия 63,6% студенток спортивного отделения и 100% основного. Кроме этого, студентки основного

Таблица 2

Сравнительный анализ выполнение нормативов испытаний ВФСК ГТО студентами Алтайского государственного университета в 2015-2016 уч.году

Вид испытания	Студенты	Золотой знак отличия		Серебряный знак отличия		Бронзовый знак отличия		Без знака отличия		Всего
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во
Бег на 100 м	Спортивное отделение	29	85,3	3	8,8	2	5,9	0	0,0	34
	Основное отделение	18	54,5	5	15,2	4	12,1	6	18,2	33
Бег на 2 км	Спортивное отделение	23	74,2	6	19,4	0	0,0	2	6,5	31
	Основное отделение	14	45,2	6	19,4	1	3,2	10	32,3	31
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине/	Спортивное отделение	24	70,6	4	11,8	3	8,8	3	8,8	34

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Основное отделение	9	30,0	3	10,0	4	13,3	14	46,7	30
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Спортивное отделение	31	93,9	2	6,1	0	0,0	0	0,0	33
	Основное отделение	21	75,0	6	21,4	1	3,6	0	0,0	28
Поднимание туловища из положения лежа на спине	Спортивное отделение	21	80,8	4	15,4	1	3,8	0	0,0	26
	Основное отделение	8	53,3	5	33,3	2	13,3	0	0,0	15
Прыжок в длину с разбега / Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Спортивное отделение	19	79,2	3	12,5	2	8,3	0	0,0	24
	Основное отделение	10	62,5	2	12,5	3	18,8	1	6,3	16
Метание спортивного снаряда весом 500 г	Спортивное отделение	30	88,2	2	5,9	2	5,9	0	0,0	34
	Основное отделение	20	74,1	4	14,8	3	11,1	0	0,0	27
Бег на лыжах на 3 км	Спортивное отделение	17	100	0	0,0	0	0,0	0	0,0	17
	Основное отделение	6	40,0	4	26,7	2	13,3	3	20,0	15
Плавание на 50 м	Спортивное отделение	6	66,7	3	33,3	0	0,0	0	0,0	9
	Основное отделение	9	52,9	3	17,6	2	11,8	3	17,6	17
Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку	Спортивное отделение	3	27,3	0	0,0	1	9,1	7	63,6	11
	Основное отделение	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	100	1

отделения, показали низкую физическую подготовленность в испытании по определению уровня развития силы (подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу)– 46,7% без знака отличия. Все остальные испытания, студентки основного отделения выполнили на средний уровень.

Полученные результаты выполнения нормативов испытаний ВФСК ГТО студентами Алтайского государственного университета, показывают, что студенты основного отделения три вида испытания выполнили с низкими результатами: метание спортивного снаряда весом 700гр (мужчины), бег на лыжах на 5км (мужчины) и подтягивание из виса лежа на низкой и перекладине (женщины). Занимаясь физической культурой со студентами основного отделения, отнесенных по состоянию здоровья в основную и подготовительную физкультурную группу, рекомендуется больше уделять внимания физической подготовке к выполнению выше перечисленных испытаний ВФСК ГТО.

Кроме этого студенты и студентки обоих отделение самый низкий уровень подготовленности в стрельбе из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку. Если студенты обоих отделений по программе дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» проходили в общей или специальной физической подготовке большинство видов испытаний ВФСК ГТО, то такой вид как стрельба из пневматической винтовки не входила в программу обучения, о чем свидетельствуют результаты выполнения нормативов. Для того чтобы повысить результаты в стрельбе из пневматиче-

ской винтовки, нужна соответствующая материально-техническая база на кафедре физической культуры и спортивного клуба в АлтГУ. Для обучения студентов пулевой стрельбе необходимы знания и умения преподавателей кафедр физического воспитания и тренеров спортивных секций. Такого рода знания можно получить, посещая семинары, организованные спортивными федерациями города или края, а так же курсы повышения квалификации по подготовке студентов к выполнению нормативов пулевой стрельбы.

Сравнительный анализ результатов выполнения нормативов испытаний ВФСК ГТО студентами основного и спортивного отделения показал, что студенты второй группы физически подготовлены лучше, чем студенты первой группы. Такой результат ожидаем и ещё раз доказывает, что студенты, регулярно занимающиеся массовым спортом и спортом высших достижений, обладают более высоким уровнем физической подготовленности независимо от выбранного ими вида спорта.

Библиографический список

1. Нормы ГТО. [Электронная версия] URL: http://www.gto-normy.ru/ (дата обращения: 14.10.2016).

2. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» от 11.06.2014 н. №540. [Электронная версия] URL: https://gto.ru/files/uploads/documents/56ea7a54d0485.pdf (дата обращения: 14.10.2016).

3. Пасюкова И.Ю., Барабаш В.А., Косицкая М.Д. Комплекс ГТО – в современном формате развития физической культуры в вузах // Физическая культура и спорт в жизни студенческой молодежи: материалы 2-й международной научно-практической конференции, посвященной 300-летию города Омска. - электронное издание. - Омск: Омский университет дизайна и технологий, 2016.

4. Постановление о внесении изменений в Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» от 30.12.2015 г. №1508. [Электронная версия] URL: https://gto.ru/files/uploads/documents/56ea7a7e0c1d6.pdf (дата обращения: 14.10.2016).

5. Распоряжение Правительства Распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 года № 1165-р г.Москва [Электронная версия] URL: https://rg.ru/2014/07/01/gto-site-dok.html (дата обращения: 14.10.2016).

УДК/UDC 796.077

О.В. Лимаренко, к.п.н., доцент; Г.М. Самойлова, доцент
М.В. Дунаева, МСМК по пауэрлифтингу, ст. преподаватель

АТЛЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ВУЗА К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО» ПЯТОЙ-ШЕСТОЙ СТУПЕНИ

ФГАОУ ВПО «Сибирский федеральный университет», г. Красноярск, Россия,
olga_limarenko@mail.ru

Аннотация. В статье приводятся данные о физической подготовленности студентов и их готовности к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Ключевые слова: студенты, атлетическая подготовка, Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», физическое развитие, уровень физической подготовленности.

O. Limarenko, associate professor, candidate of pedagogical sciences,
G. Samoylova,associate professor;
M. Dunayeva, masters international level in powerlifting

ATHLETIC PHYSICAL FITNESS OF UNIVERSITY STUDENTS TO PERFORM VFSK «TRP» STANDARDS THE FIRST STAGE FIFTH AND SIXTH STAGE

Siberian Federal University, Krasnoyarsk, Russian Federation,
olga_limarenko@mail.ru

Abstract. *The article presents data on the state of physical development students and their readiness to implement standards set by the TRP*

Keywords: *students, athletic training, Russian sports complex "Ready for Labor and Defense" (TRP), physical development*

Атлетической подготовкой, как отдельно выделенной специализацией в программе дисциплины «Физическая культура» занимаются 165 юношей и девушек разного уровня начальной подготовки и различных специальностей институтов горного дела геологии и геотехнологий, цветных металлов и материаловедения, управления бизнес-процессами и экономики.

В процессе занятий атлетической подготовкой воспитываются необходимые физические качества (сила, силовая выносливость, высокая физическая работоспособность), формируется правильная осанка и красивое телосложение.

В программу обучения входит выполнение силовых упражнений, как с собственным весом, так и на тренажерах и со свободными весами.

Большое внимание уделяется методике занятий атлетической подготовкой, правильной технике выполнения упражнений, а также приемам страховки и взаимопомощи, поскольку незнание или неправильная организация занятий может вызвать негативные изменения в состоянии здоровья, либо привести к травме [2, с. 3].

В течение учебного года даются знания по методам развития силы, профилактике сколиоза с помощью упражнений атлетической подготовки, а также их практического применения.

Занятия проходят с учетом функциональных и индивидуальных возможностей занимающихся.

За время обучения студенты овладевают методикой построения занятий в тренажерном зале, техникой выполнения силовых упражнений на разные группы мышц, знакомятся с инструкторской и судейской практикой в таких силовых видах спорта как пауэрлифтинг, гиревой спорт и др.

Контрольные нормативы специализации оцениваются динамикой развития на начало и конец учебного года, в таких упражнениях как сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу у девушек и подтягивание из виса на высокой перекладине у юношей, сравнительные результаты в приседании со штангой, жиме лежа, становой тяге, прыжке в длину с места толчком двумя ногами, поднимании туловища из положения лежа на спине за 1 минуту, беге на 100м., беге на 2000 м у девушек и 3000 м у юношей. В контрольные нормативы включены и виды испытаний в соответствии с Государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК «ГТО» – V и VI ступеней (соответственно для юношей и девушек, мужчин и женщин) [1].

Специалисты кафедры физической культуры СФУ регулярно в осенний и весенний периоды проводят контроль за физической подготовленностью студентов. Так при выполнении контрольных нормативов специализации «Атлетическая подготовка» была выявлена большая вариация показателей в жиме штанги лежа у юношей от 40 кг до 115 кг, у девушек – от 20 кг до 45 кг, средний показатель в данном силовом упражнении у юношей составил 73 кг., девушек – 27,5 кг. В приседании со штангой у юношей результаты варьировали в диапазоне от 60 кг до 150 кг, при этом средний показатель зарегистрирован 94,1 кг. В данном испытании у девушек показатели изменялись в пределах от 35 кг до 67 кг, средний показатель в приседании со штангой у них зафиксирован 52,5 кг. В становой тяге показатели характеризовались большой изменчивостью, у юношей в этом упражнении минимальный результат 60 кг, максимальный – 160 кг, средний показатель в данном упражнении составил 103,3 кг. Показатели в становой тяге у девушек варьировали от 40 кг до 60 кг, средний показатель у них установлен 57,5 кг.

Представляло интерес провести сравнительный анализ некоторых показателей физической подготовленности студентов с нормативами пятой и шестой ступеней ВФСК «ГТО».

Результаты тестирования обрабатывались с использованием трехуровневой шкалы, соответствующей золотому, серебряному и бронзовому знаку отличия.

Средний показатель в беге на 100 м у юношей первого курса составлял 13,8 с, при этом 44% студентов показали результаты, соответствующие нормативу золотого знака, 34% - серебряному знаку, 22% - не справились с данным видом испытаний.

В проявлении выносливости средний результат в беге на 3000 м у юношей второго курса составлял 13, 52 минуты. 84% юношей показали результаты соответствующие нормативу серебряного знака, 165 – золотому знаку.

В подтягивании из виса на высокой перекладине средний результат у юношей первого курса составил 10 раз, у 11% юношей результаты соответствовали золотому знаку, 44% - серебряному и 11% - бронзовому знаку, 34% юношей не справились с данным испытанием.

Анализ результатов физической подготовленности у юношей второго курса в проявлении скоростных качеств позволил выявить, что средний результат в беге на 100м у них составил 14,1 с, 17% тестируемых показывают результат, соответствующий золотому знаку, 52% - серебряному знаку, 10% - бронзовому знаку. Не справились с данным видом испытаний 21% юношей-второкурсников.

Средний показатель в беге на 3000 м у юношей второго курса зафиксирован 13,24 минуты, при этом 44% тестируемых показывают результат, соответствующий золотому знаку, 25% - серебряному знаку. Не справились с данным видом испытаний 25% юношей-второкурсников.

В подтягивании из виса на высокой перекладине средний результат у юношей второго курса составил 10 раз, у 37% юношей результаты соответствовали золотому знаку, 31% - серебряному и 7% - бронзовому знаку, 25% юношей не справились с данным испытанием.

Средний показатель в прыжках в длину с места у данного контингента юношей составил 241,5 см. С нормативом, соответствующим золотому знаку справляются 63% испытуемых, 9% юношей продемонстрировали результаты, соответствующие серебряному знаку, 14% - бронзовому знаку и 14% юношей второкурсников не справились с данным видом испытаний.

Средний результат у юношей третьего курса в беге на 100 м составлял 14,0 с, при этом 54% юношей показали результаты соответствующие золотому знаку, 36% - серебряному и 10% юношей не уложились в норматив. У девушек в беге на 100 м средний результат составил 16,8 с, 27% из них выполняют норматив, соответствующий золотому знаку, 27% - серебряному, 19% - бронзовому и 27% не справились с нормативами данного испытания.

В беге на 3000 м юноши третьего курса показали средний результат 14,43 минуты, на норматив, соответствующий золотому знаку никто не уложился, 18% из них показали результат, соответствующий серебряному знаку, 18% - бронзовому знаку и 64% третьекурсников не справились с нормативами.

В беге на 2000м у девушек третьего курса средний результат зарегистрирован 11,58 минуты, 50% из них уложились в норматив серебряного знака и 50% не справились с данным испытанием.

В подтягивании из виса на высокой перекладине средний результат у юношей третьего курса составил 10 раз, у 44% юношей результаты соответствовали золотому знаку, 10% - серебряному и 10% - бронзовому знаку, 36% юношей не справились с данным испытанием.

В сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу средний результат у девушек составлял 3 раза, при этом 83% из них не справились с нормативами, 17% девушек показали результаты, соответствующие бронзовому знаку.

Анализ результатов прыжков в длину с места показал, что у юношей третьего курса средний результат составил 235 см, 53% из них укладываются в норматив золотого знака, 10% - серебряного знака, 27% бронзового знака и 10 % юношей не справляются с нормативами ВФСК «ГТО» в данном виде испытаний. Средний показатель у девушек в этом виде испытаний составил150,8 см, при этом 60% девушек показывают результат, соответствующий бронзовому знаку и 40% девушек – золотому знаку.

Обобщая выше изложенное, можно заключить, что результаты, полученные в ходе проведения исследования, указывают на необходимость повышения уровня физической подготовленности студентов, дальнейшего привлечения обучающихся к занятиям в спортивных секциях, воспитания потребности в самостоятельных ежедневных занятиях физическими упражнениями. Учебные занятия по дисциплине «Физическая культура – специализация атлетическая подготовка», наряду с другими видами физических упражнений, могут способствовать выполнению нормативов ВФСК «ГТО».

Библиографический список:

1. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), «Методические рекомендации по выполнению видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) (одобрены протоколом Минспорта России от 23.07.2014 г. № 1) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: minsport.gov.ru/ polojgto.doc. – (Дата обращения 10.02.2016).

2. Старшова Н.Ю. Атлетическая подготовка: учебно-методическое пособие [Текст]/ Н.Ю. Старшова, Г.М. Самойлова. – Красноярск: изд-во ГОУ ВПО «Гос. университет цветных металлов и золота», 2006. – 172 с.

УДК/ UDC 796.077

О.В. Лимаренко, к. п. н., доцент;
Д.В. Непомнящая, преподаватель; А.П. Лимаренко, ст. преподаватель

ОЦЕНКА ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ ВОСЬМИ ЛЕТ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО» ПЕРВОЙ СТУПЕНИ С РАЗЛИЧНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТЬЮ

ФГАОУ ВПО «Сибирский федеральный университет», г. Красноярск, Россия, olga_limarenko@mail.ru

Аннотация. *В статье приводятся данные о состоянии физического развития, двигательной активности, физической подготовленности учащихся восьми лет и их готовности к выполнению нормативов комплекса ГТО.*

Ключевые слова: *Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», физическое развитие, нормативы, уровень физической подготовленности, двигательная активность.*

O.V. Limarenko, associate professor, candidate of pedagogical sciences,
D.V. Nepomniashchaia, lecturer of the Department of Physical Education
A. P. Limarenko, senior lecturer at the department of physical culture.

STATUS OF EVALUATION OF AVAILABILITY OF THE PUPILS 8 YEARS TO REALIZE THE ALL-RUSSIAN SPORTS COMPLEX «READY TO WORK AND DEFENSE» OF THE FIRST STAGE WITH DIFFERENT PHYSICAL ACTIVITY

Siberian Federal University, Krasnoyarsk, Russian Federation,olga_limarenko@mail.ru

Abstract. *In the article are presented the data of the physical development, the motion activity and level of physical training of pupil eight years their availability to realize the All-Russian sports complex «Ready to Work and Defense».*

Keywords: *The All-Russian sports complex «Ready to Work and Defense», physical development, GTO complex requirements, level of physical training, motional activity.*

Введение. Конверсионное проникновение элементов спортивной культуры в культуру физическую согласно концепции В.К. Бальсевича [1, с. 23-25] создает

объективные условия для интенсификации психофизического потенциала детей и подростков. При этом особый методологический смысл имеет установка на формирование физкультурного образования как комплекса актуализированных ценностей физической культуры, адекватных интересам, склонностям, потребностям, потенциальным возможностям совершенствования школьников в том или ином виде спортивной или физкультурной деятельности [2, с. 3-13; 4, с. 12].

Сегодня проблема физического и спортивного воспитания приобретает особое значение в связи с новыми требованиями системы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО»), вступившими в силу с 1 сентября 2014 года. Использование норм ВФСК «ГТО» позволяет оценивать показатели физической подготовленности, наблюдать за индивидуальной динамикой показателей здоровья, физического развития, подготовленности индивидуума на протяжении его активной жизнедеятельности, что имеет значение в последующей выработке педагогических рекомендаций к двигательному режиму тестируемого.

Цель исследования – выявление готовности учащихся восьми лет с различной двигательной активностью к выполнению нормативов ВФСК «ГТО» I ступени.

В исследовании приняли участие 115 учащихся восьми лет МБОУ СШ № 137, г. Красноярска. В рамках настоящей статьи нам представляется возможным показать выборочные данные исследования и проиллюстрировать его на примере оценки физического развития, двигательной активности, физической подготовленности 2-«Г» класса (n=24).

Результаты исследования и их обсуждение. Объективными показателями психофизического потенциала обучающихся начальных классов, на наш взгляд, является оценка уровня физического развития, здоровья, двигательной активности, физической подготовленности.

Уровень физического развития обучающихся определялся по показателям длины тела (см), массы тела (кг), обхвата грудной клетки (см). Обследование производилось по общепринятой унифицированной методике с использованием стандартных измерительных инструментов.

У мальчиков восьми лет показатель длины тела изменялся в пределах от 114,36 до 139,11 см, средний рост составлял 126,74 см, у девочек показатели изменялись от 114,56 до 137,29 см, их средний рост составлял 125,92 см. Восьмилетние девочки и мальчики в основном характеризовались средним уровнем физического развития по показателям длины тела.

Показатели массы тела у восьмилетних мальчиков и девочек варьировали от 16,54 и 16,76 кг. до 32,96 и 36,12 кг. соответственно. Средний показатель массы тела у детей данной возрастной группы составлял у девочек 24,86 кг, у мальчиков 26,33 кг, что указывало на незначительное их превосходство (1,47 кг) над сверстницами. В показателях массы тела у мальчиков преобладали уровни физического развития ниже среднего, у девочек – средние.

Показатель обхвата грудной клетки (ОГК) у восьмилетних девочек колебался в пределах от 52,4 до 69 см, у мальчиков – от 63,2 до 72,3 см. Средний показатель ОГК у мальчиков составлял 63,2 см, у их сверстниц – 60,7 см. По данному признаку девочки незначительно уступают (на 2,5 см.) мальчикам. У мальчиков восьми лет выявлены уровни физического развития низкие и средние, у их сверстниц в данном показателе зарегистрированы средние и высокие уровни.

Оценка гармоничности физического развития учащихся вторых классов, с помощью центильных закономерностей соотношений между длиной тела, массой тела и обхватом грудной клетки позволила выявить, что отставания в развитии длины тела и грудной клетки, массы тела и грудной клетки являются главной причиной дисгармоничности физического развития, которая у мальчиков выражена ярче, чем у обследуемого контингента девочек.

По данным медицинского осмотра в данном классе зарегистрированы отклонения в состоянии осанки у 21% мальчиков и 12% девочек; пониженное зрение у 4% мальчиков; отклонений в состоянии органов слуха не выявлено; 39% девочек и 33% мальчиков отнесены ко второй группе здоровья, 4% девочек и 8% мальчиков отнесены к первой группе здоровья, по 8% учащихся обоего пола отнесены к третьей группе здоровья; основная группа по физической культуре рекомендована 50% мальчиков и 33% девочек, подготовительная группа – 9% мальчиков и 8% девочек.

Двигательная активность учащихся определялась с помощью критерия личностного уровня двигательной активности. Была разработана соответствующая анкета, содержащая пять вопросов, к которым в свою очередь были предложены четыре варианта ответов. Определены 6 уровней оценки двигательной активности детей: 1 – «активный»; 2 – «двигательно-пассивный»; 3 – «творческий»; 4 – «пассивный»; 5 – «двигательно-пассивный – творческий»; 6 – «активный – творческий».

Анализ результатов анкетного опроса учащихся 2-«Г» класса позволил установить, что из 24 респондентов, оценка двигательной активности соответствующая уровню «активный» выявлена у 25% детей; уровень «творческий» обнаружен у 4,1% детей, уровень «двигательно-пассивный – творческий» – 41,9% учащихся; уровень «активный – творческий» – у 25% детей.

Отвечая на первый вопрос анкеты «В свободное время я чаще …», ученики 2-«Г» класса отметили, что в свободное время 20,9% из них занимаются спортом, 4,1% ходят на прогулки, 45,8% отдыхают дома перед телевизором и 29,2% занимаются научной работой (читают, готовят дополнительные задания и пр.). Активно принимают участие в школьных мероприятиях (соревнованиях и праздниках) 54,2% учеников, при этом 45,8% в подобных мероприятиях не участвуют. 91,8% учащихся на уроках физической культуры активно выполняют все задания, работают на уроке по настроению 4,1% детей, также 4,1% просто отсиживаются на скамейке во время урока. На уроках физической культуры 58,4% учащихся 2-«Г» класса интересна познавательная, развивающая и теоретическая информация (они хотели бы знать закономерности развития физических качеств, умений и навыков), 37,5% детей хотели бы больше двигаться и лишь 4,1% детей хотели бы больше отдыхать, чем двигаться. При субъективной оценке (т.к. самооценка у детей данного возраста находится в стадии формирования) своего образа жизни 29,1% учеников считают себя физически активными; 12,5% – двигательно-пассивными; 58,4% – творческими личностями.

Оценку физической подготовленности обучающихся начальных классов проводили в соответствии с Государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК «ГТО» – I ступень (соответственно для мальчиков и девочек) [3]. Результаты тестирования обрабатывались с использованием трех-уровневой шкалы, соответствующей золотому, серебряному и бронзовому знаку отличия.

Средний результат в челночном беге 3х10 м у девочек восьми лет был зарегистрирован 10,4 секунды, у мальчиков данный показатель составлял 10,5 секунды. Результаты соответствующие серебряному знаку показали 60% девочек и 33% мальчиков, бронзовому – 20% девочек. Результатов соответствующих золотому знаку у учащихся обоего пола не установлено. Недостаточный уровень физической подготовленности в челночном беге был зафиксирован у 20% девочек и 67% мальчиков, учащиеся не справились с данным видом испытаний.

Средний результат в беге на 30 м у мальчиков-второклассников зарегистрирован 5,5 секунды, у девочек он составил 6,9 секунды. Анализ результатов бега на 30 м позволил выявить высокий уровень физической подготовленности, соответствующий золотому знаку, у мальчиков в 11% случаев, у девочек подобных результатов не наблюдалось. Средний уровень физической подготовленности, соответствующий серебряному знаку, в проявлении быстроты определен у мальчиков в 33% случаев, у девочек-сверстниц в 60%случаев. Ре-

зультатов соответствующих бронзовому знаку у учащихся не установлено. Недостаточный уровень физической подготовленности в данном качестве выявлен у 56% мальчиков, у 40% девочек.

Анализ результатов прыжков в длину с места показал, что в исследуемый период 13% девочек и 33% мальчиков начальной школы имеют высокий уровень развития скоростно-силовых качеств, их результаты соответствовали золотому знаку; 53% девочек и 44% мальчиков – средний уровень развития данного качества, их результаты соответствовали серебряному знаку; 7% девочек показали низкий уровень развития скоростно-силовых качеств, их результаты соответствовали бронзовому знаку. Недостаточный уровень физической подготовленности в данном качестве выявлен у 23% мальчиков, у 27% девочек, учащиеся не справились с данным видом испытаний.

В подтягивании из виса на высокой перекладине средний результат у мальчиков составил 2 раза, при этом на золотой знак могли бы претендовать 22% тестируемых, на серебряный знак – 11%. Не справились с данным видом испытаний 67% мальчиков.

В сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу средний результат у девочек составлял 6 раз. Высокий уровень физической подготовленности, соответствующий золотому знаку, зафиксирован у девочек в 13% случаев. Средний уровень физической подготовленности, соответствующий серебряному знаку, в проявлении силы определен у девочек в 53% случаев. Результатов соответствующих бронзовому знаку зарегистрировано 7% случаев. Недостаточный уровень физической подготовленности в данном качестве выявлен у 27% девочек.

В проявлении гибкости между мальчиками и девочками различий не наблюдалось, средний результат в наклоне вперед из положения стоя на скамье у них составлял 18 см. В наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу 55% мальчиков и 53% девочек достали пол ладонями, что соответствовало золотому знаку, 45% мальчиков и 47% девочек выполнили касание пола пальцами рук, что соответствовало серебряному знаку.

Выносливость человека, как физическое качество, представляет собой определенность в проявлении тех морфофункциональных свойств организма, которые обуславливают сопротивление организма утомлению в процессе двигательной деятельности. Испытаний на проявление данного качества учащихся восьми лет не проводилось.

Выводы. Учащиеся вторых классов общеобразовательной школы имеют выраженный дефицит в физической подготовленности для сдачи норм ВФСК «ГТО», в частности: мальчики – в проявлении физических качеств ловкости, силы, быстроты и выносливости; девочки – в проявлении быстроты, выносливости.

Для повышения уровня физической подготовленности учащихся восьми лет педагогам следует обратить внимание на целенаправленное развитие отстающих физических качеств и поддержание на должном уровне достигнутых, а также учесть, что количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия ВФСК «ГТО» должно быть не менее семи.

Библиографический список:

1. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи [Текст]/ В.К. Бальсевич // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1996. - № 1. - С. 23 - 25.

2. Лубышева Л.И. Здоровьеформирующая технология физического воспитания младших школьников на основе использования традиционного каратэ [Текст]/ Л.И. Лубышева, А.Н. Кондратьев //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - № 3. - С. 5 - 13.

3. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), «Методические рекомендации по выполнению видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) (одобрены протоколом Минспорта России от 23.07.2014 г. № 1) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: minsport.gov.ru/ polojgto.doc. – (Дата обращения 10.02.2016).

4. Сулейманов И.И. Система основных понятий теории физической культуры. Учебное пособие [Текст]/ И.И. Сулейманов – Тюмень: изд-во «Вектор Бук», 1999. – 16 с.

УДК 796/799

А.Я. Погадаева

СЕТЕВОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СУБЪЕКТОВ ПО ВНЕДРЕНИЮ ВФСК «ГТО» В СЕЛЬСКОМ МУНИЦИПАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ

Институт физической культуры, Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, anzhelika.pogadaeva@mail.ru

Аннотация. *В статье представлены результаты педагогического тестирования физической подготовленности учащихся сельских школьников. Раскрываются особенности отношения учащихся сельских школ к патриотическому воспитанию молодежи и внедрению ВФСК «ГТО». Рассмотрена модель сетевого взаимодействия субъектов по внедрению ВФСК «ГТО» в сельском муниципальном образовании.*

Ключевые слова: *Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», патриотическое воспитание, физическая подготовленность сельских школьников, модель сетевого взаимодействия субъектов по внедрению ВФСК «ГТО»*

A.Y. Pogadaeva

NETWORK INTERACTION OF ACTORS IN IMPLEMENTATION OF THE ALL-RUSSIAN SPORTS COMPLEX "READY FOR LABOR AND DEFENSE» IN RURAL MUNICIPAL

Institute of Physical Education, University of Tyumen, Tyumen, Russia, anzhelika.pogadaeva@mail.ru

Annotation. *This article presents the pedagogic analysis results of athletic preparedness of rural students. It reveals the aspects of attitude of students from rural schools towards the patriotic education of youth and implementation of the all-Russian sports complex "Ready for labor and defense. Considered the model of network interaction of actors in implementation The all russian sports complex "Ready for labor and defense» in a rural municipality.*

Key words*: The all-Russian sports complex Ready for labor and defense", patriotic education, athletic preparedness of rural students, the model of network interaction of actors on implementation.*

Введение. Сегодня по всей России идет работа по подготовке и внедрению ВФСК «ГТО», в рамках которой большое значение играет сетевое взаимодействие [4,] всех субъектов системы основного и дополнительного образования. Актуальность исследования связана с одной стороны с необходимостью подготовки условий для успешного внедрения ВФСК «ГТО» в сельской местности, а с другой - с отсутствием отработанных механизмов взаимодействия между общеобразовательной и спортивной школами, которые должны быть включены в данный процесс.

Сетевое взаимодействие – это система связей, позволяющих разрабатывать, апробировать и предлагать профессиональному педагогическому сообществу инновационные модели содержания образования и управления системой образования; это способ деятельности по совместному использованию ресурсов [2].

Принцип сетевого взаимодействия субъектов физкультурно-спортивной среды муниципального образования, предполагает преодоление автономности и закрытости всех субъектов сети, работающих над общей проблемой, формирование системы взаимоотношений, в которой налажено совместное поле деятельности на основе социального партнерства, общего информационного пространства, физического и социального окружения, быстрого реагирования на потребности населения [1].

Цель: разработать модель сетевого взаимодействия субъектов по внедрению ВФСК «ГТО» между общеобразовательной и спортивной школами в сельском муниципальном образовании, а также выявить отношение учащихся к идее ВФСК «ГТО» и их физическую подготовленность.

Методы исследования: анализ и обобщение данных специальной литературы; моделирование; анкетирование и контрольные испытания**.**

Организация исследования: Исследование проводилось в течение 2014-2016 гг. В анкетировании и тестировании приняли учащиеся Каменской общеобразовательной школы 3-4 классов (42 человека- 20 д. и 22 м.) и 9-11 классов (66 человека- 33 д. и 33 м.). Респонденты были разделены на две группы: занимающиеся лыжным спортом и не занимающиеся спортом. В повторном исследовании в 2016 году приняли участие 566 человек II-V ступеней Каменской (82 д. и 92 м.), Луговской (67 д. и 91 м.), Горьковской (13 д. и 15 м.), Кулаковской (85 д. и 89 м.) средних общеобразовательных школ(СОШ).

Результаты исследования и их обсуждение. В ходе работы мы получили следующие результаты анкетирования и тестирования, которые представлены в таблицах, рисунках.

Таблица 1

Вопрос: «Считаете ли вы себя патриотом?» (в %)

Варианты ответов	II ступень				IV ступень				V ступень			
	Учащиеся		Учащиеся - лыжники		Учащиеся		Учащиеся - лыжники		Учащиеся		Учащиеся - лыжники	
	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М
Да	62	67	100	90	84	77	100	100	80	100	100	100
Нет	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Частично	23	16	0	10	11	15	0	0	20	0	0	0
Не знаю	15	17	0	0	5	8	0	0	0	0	0	0

Из табл.1 мы видим, что 85% учащихся считают себя патриотами, причем в большей степени это присущее школьникам, занимающимся спортом. 15% респондентов отметили, школа у них воспитывает патриотизм. Ответы учеников, занимающихся лыжными гонками и не занимающихся имеют примерно одинаковую тенденцию, они считают, что на формирование патриотических чувств в большей степени повлияли родители.

Респонденты в большей мере считают, что внедрение ВФСК ГТО позволит регулярно проверять уровень своей физической подготовленности (87%). Большинство учащихся поддерживают идею внедрения ВФСК «ГТО» (98%) и расценивают свое участие в этом процессе как проявление патриотизма (77%).

Выявлено, что 89% девочек 3-4 классов, не занимающихся спортом дополнительно к учебных занятиям, справляются с тестами на общую выносливостью (рис.1). Отстающим физическим качеством у них являются силовые способности (23%). Больше половины (54%) учениц тесты на скорость и выносливость готовы сдать на золотой знак[5]. 79% лыжниц сдали нормы ГТО на золотой значок, но не смотря на хорошую физическую подготовленность, силовые способности остаются проблемной зоной для 14% спортсменок. 82% мальчиков сельской школы сдали нормы ГТО, из них 50 % на золотой знак. Отстающим физическим качеством у детей является сила. 88% лыжников сдают нормы ГТО на золотой знак (рис. 2).

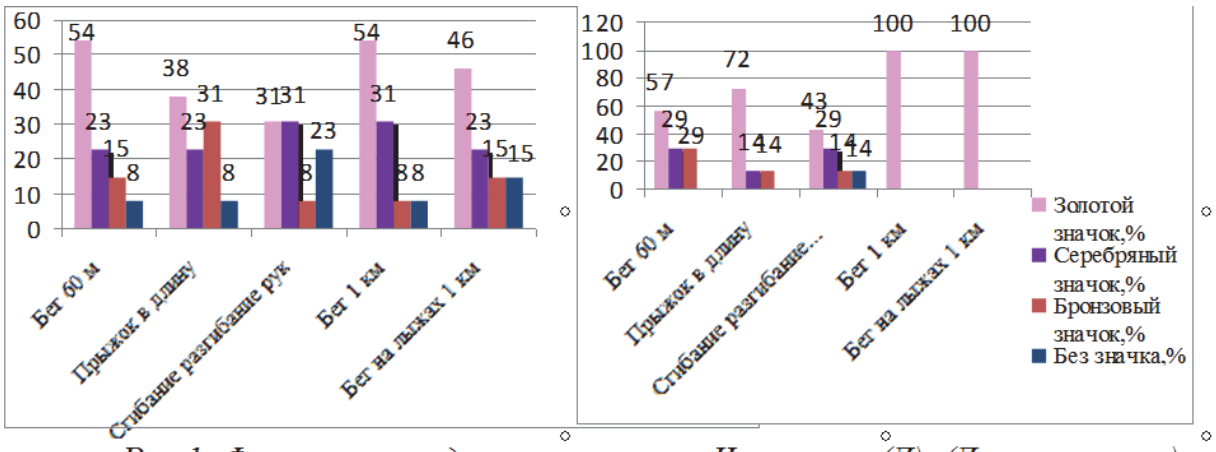


Рис.1. Физическая подготовленность, II ступень (Д), (Д - «лыжниц»)

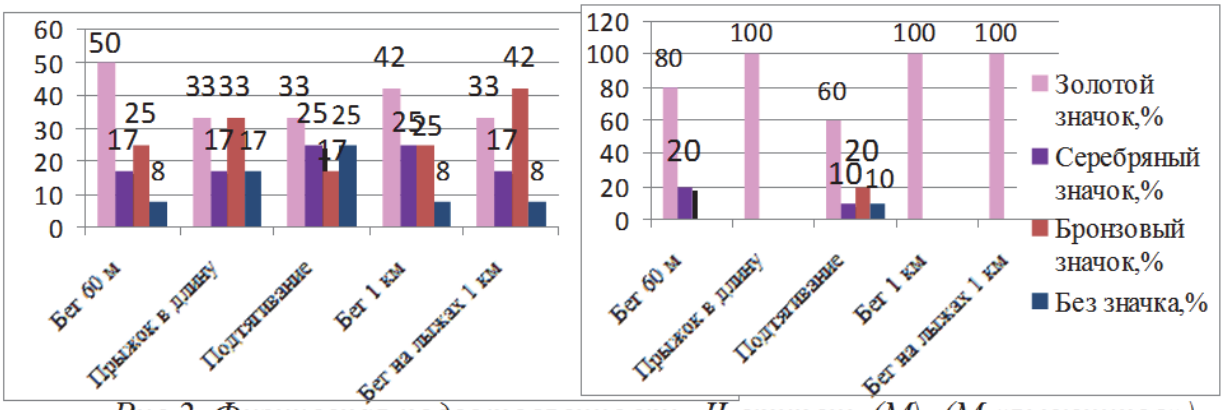


Рис.2. Физическая подготовленность, II ступень (М), (М «лыжников»)

На втором этапе исследования с учетом полученных выше данных, нами была разработана модель сетевого взаимодействия по внедрению

Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», которая состоит из 3 компонентов (рис.3.).

Первый компонент субъектов, которые включены в процесс внедрения «ГТО». В нашем случае это администрация Тюменского муниципального района, управления образования и по спорту и молодежной политике, местные муниципальные образования, Каменская средняя общеобразовательная школа и детско-юношеская спортивная школа, а так же Центр физкультурной и спортивной работы, который является Центром тестирования по выполнении ю видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Цель сетевого взаимодействия: внедрение ВФСК «ГТО» в сельском муниципальном образовании.

Второй компонент направления сетевого взаимодействия, которые включают в себя:

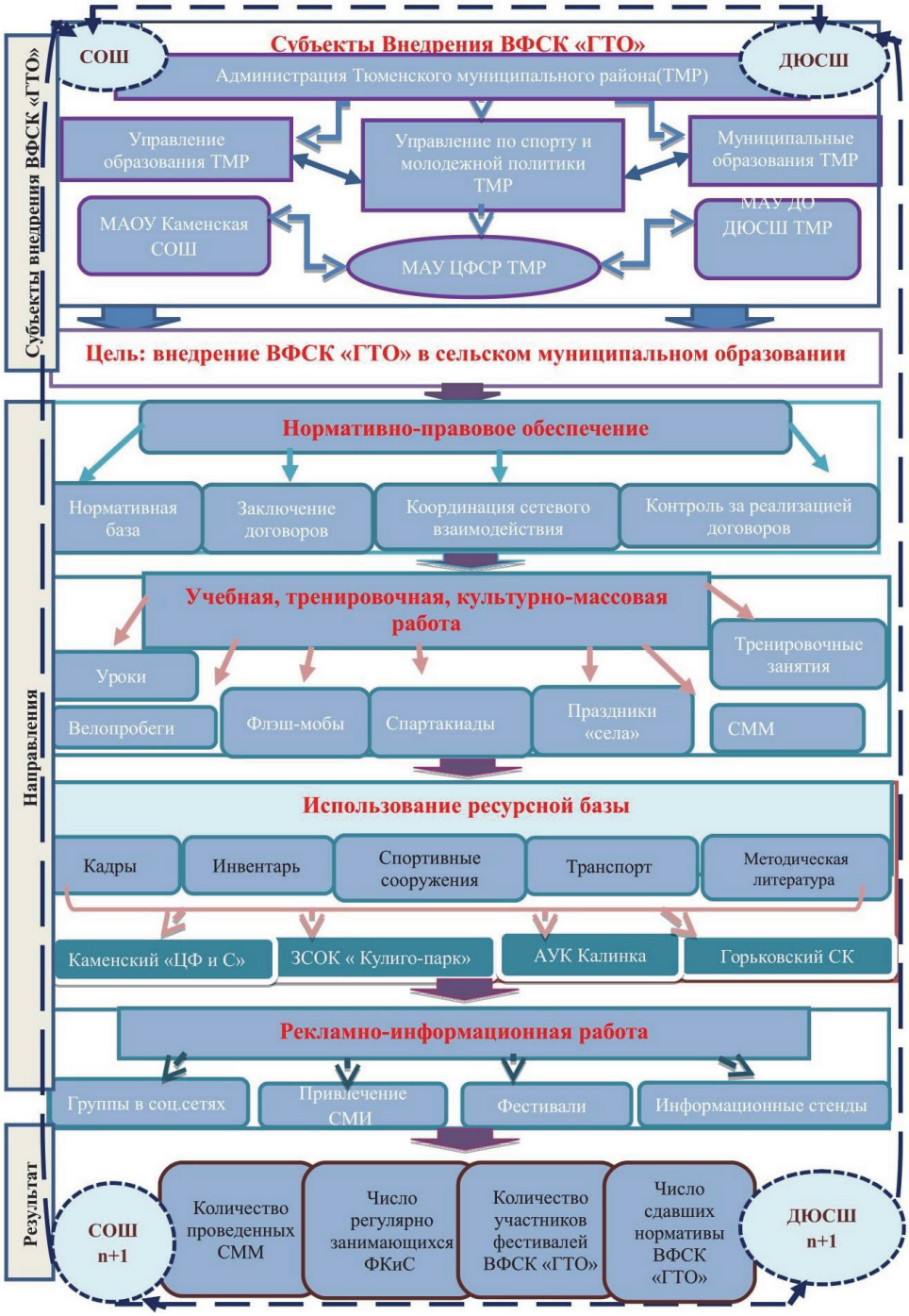


Рис.3. Модель сетевого взаимодействия по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

- нормативно-правовое обеспечение нормативная база, координация сетевого взаимодействия, заключение договоров между учреждениями, контроль за реализацией договоров);
- формы сотрудничества (учебная, тренировочная и культурно-массовая работа**);**
- использование ресурсной базы (кадры, спортивные сооружения, инвентарь, транспорт, методическая литература).
- рекламно-информационную работу (группы в социальных сетях, уголки комплекса «ГТО», привлечение СМИ на проводимые соревнования, фестивали, викторины, информационные доски муниципального образования, стенды школы и лыжной базы).

Третий результативный компонент: количество проведенных спортивно-массовых мероприятий, число регулярно занимающихся физической культурой и спортом, количество участников различного уровня фестивалей ВФСК «ГТО», число сдавших нормативы ВФСК «ГТО»

После внедрения разработанной модели в Каменском муниципальном образовании, мы провели повторное анкетирование и тестирование в сельских школах. Нами было выявлено, что ученики Каменской (100%) и Горьковской (96%) школ считают себя патриотами. Большинство учащихся (98%) дают положительную оценку комплексу, особенно это характерно для учеников Каменской школы, где была внедрена модель сетевого взаимодействия.

Изучив физическую подготовленность детей II ступени, мы видим, что примерно 50% учащихся Кулаковской и Луговской школ не сдали на значок норматив прыжок в длину с места, у каменских школьников менее развитым физическим качеством у мальчиков является гибкость, а у девочек-сила. Но хочется отметить, что больше 50% сельских учеников справляются с тестами на выносливость на золотой значок, скорее всего это связано с развитием лыжных гонок на территориях и большинство детей посещают данную секцию.

По результатом физической подготовленности учащихся III ступени следует отметить, что больше 70% учеников Кулаковской , 20 % Луговской и 75 % Каменской школ сдают на значок. Наиболее развитым физическим качеством у мальчиков выступает сила, а у девочек гибкость. В целом учащиеся 7-9 классов Кулаковской и Каменской школ продемонстрировали более высокий уровень выполнения нормативов, чем Луговской. Отстают в развитии силовые качества (у 33% девочек и 40% мальчиков), школьники хорошо справились с тестами на гибкость. А так же можно отметить, что 67% девочек и 74% мальчиков сдают тесты на выносливость.

Около 60-ти% девушек и 70-ти % юношей IV ступени сдали тест на скорость. Луговские школьники явно не справляются с тестами на выносливость. Показатели тестов на силу у 74% сельских девушек и 73 % юношей соответствуют требованиям V ступени.

Выводы. Выявлено, что учащиеся дают позитивную оценку патриотизму из них большинство (85%) считают себя патриотами, а также (98%) поддерживают идею внедрения ВФСК «ГТО» и расценивают свое участие в этом процессе как проявление патриотизма (77%). Разработана модель сетевого взаимодействия субъектов по внедрению ВФСК ГТО, которая включает в себя следующие компоненты: субъекты, направления, результат. Сетевое взаимодействие Каменской СОШ и ДЮСШ ТМР активизировало спортивно-массовую работу на селе (проведено на 23% больше спортивно-массовых мероприятий, нежели ранее). На данный момент около 40% учеников СОШ регулярно занимаются лыжными гонками. Выявлено, что с возрастом у сельских школьников, не занимающихся спортом, снижаются результаты выполнения тестов на общую выносливость. Ученики - спортсмены в большей степени готовы (88%)к сдаче нормативов ВФСК «ГТО».

Список литературы:

1. Горбунова, В.А. Сетевая модель как новая форма организации муниципальной методической службы в решении приоритетных задач развития образования / В.А. Горбунова, Е.В. Василевская. // Методист. Научно-методический журнал. №3, 2008. с 20-25.
2. Иванова, С.В. Средовый подход в организации физкультурно-спортивной работы с населением на муниципальном уровне: автореф. дис …канд.пед.наук: 13.00.04. / С.В. Иванова. – Тюмень, 2013. – 23 с.
3. Иванова С.В., Манжелей И.В. Организация физкультурно-спортивной работы по месту жительства на муниципальном уровне/ С.В. Иванова, И.В. Манжелей//Теория и практика физической культуры, 2013.-№ 2.-С.42-47.
4. Манжелей, И.В. Программно - информационное сопровождение Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / И.В. Манжелей // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 9. – С. 31.
5. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне». – М., 2014. URL: http://www.minsport.gov.ru (дата обращения: 25.08.2016).

УДК 796, ББК ч 511

В.В. Насонов, к.пед.наук, доцент
Маняхин А.В., старший преподаватель

АНАЛИЗ СМОТР-КОНКУРСА «СПОРТИВНАЯ ЭЛИТА» ПО НОМИНАЦИЯМ И ЧИСЛУ ЛАУРЕАТОВ В ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ (1995-2012ГГ.) (СООБЩЕНИЕ №1)

Тюменский государственный университет, г. Тюмень Государственный педагогический институт им. Д.И. Менделеева филиал ТюмГУ, г. Тобольск

V. Nasonov, C. PED.Sciences, associate Professor
A. Manyakhin, senior lecturer

ANALYSIS OF THE COMPETITION "SPORTS ELITE" IN THE CATEGORIES AND NUMBER OF WINNERS IN THE TYUMEN REGION (1995-2012.) (MESSAGE 1)

Tyumen state University, Tyumen State pedagogical Institute. D. And Mendeleev branch of Tyumen state University, Tobolsk

На современном этапе развития Российской Федерации формирование здорового образа жизни и здоровья население по средствам физической культуры и спорта является одним из важнейших направлений внутренней государственной политики. Основополагающей задачей является создание условий для развития массовой физической культуры и спорта, приобщению граждан, прежде всего молодежи, к здоровому образу жизни, к регулярным занятиям спортом и улучшению физического здоровья населения.

Одним из методов оценки результатов пропаганды здорового образа жизни и физической культуры в Тюменской области является ежегодный смотр-конкурс «Спортивная элита».

Цель исследования - изучить и систематизировать состояние смотр-конкурса «Спортивная элита» на территории Тюменской области в период 1995-2012гг.

За время проведения, конкурс «Спортивная элита» в Тюменской области прошел большой путь. Значительно увеличилось количество номинаций и лауреатов конкурса, как видно на рис. 1. Наибольшее число номинаций 22 было в 2003 и 2004 год, а число лауреатов 74 в 2006 и 2008 году.

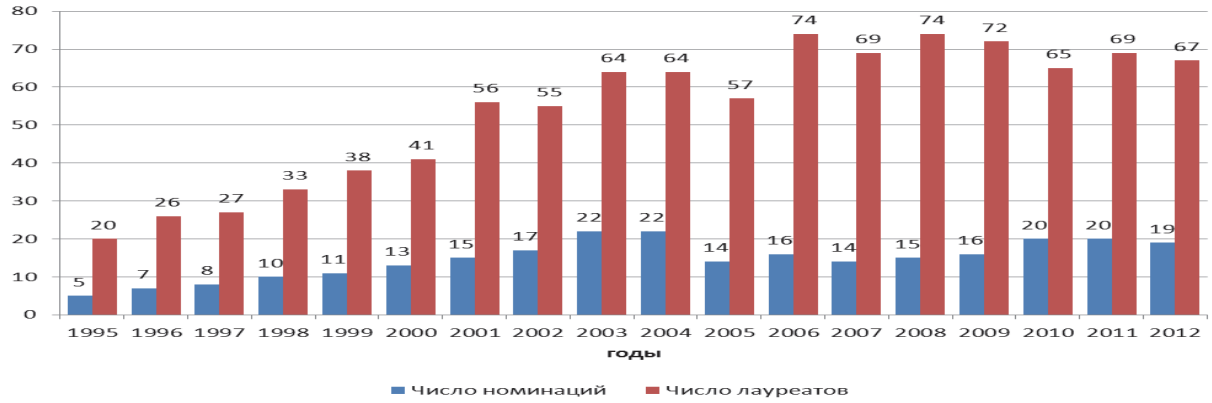


Рис. 1. Количество номинаций и лауреатов конкурса «Спортивная элита» в Тюменской области за период 1995-2012гг.

По развитию конкурса можно проследить развитие спорта в Тюменской области. Среди номинантов появились дзюдоисты и борцы греко-римского стиля, не сдают своих позиций представители лыжных гонок и биатлона.

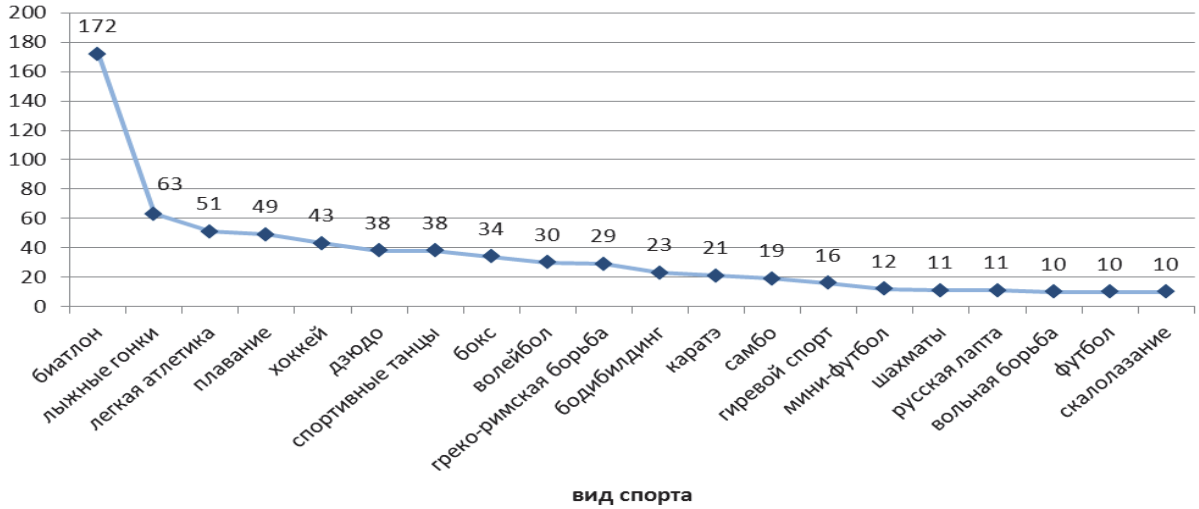


Рис. 2 Количество лауреатов конкурса «Спортивная элита» в Тюменской области по видам спорта за период 1995-2012гг.

Достойно выступают легкоатлеты, гиревики, волейболисты, хоккеисты, представители мини-футбола. Выдающиеся результаты показывают спортсмены с ограниченными физическими возможностями.

За 18 лет конкурса лауреатами стами спортсмены, тренеры, команды и федерации по 51 виду спорта. Наибольшее число лауреатов было по следующим видам спорта: биатлону (172), лыжным гонкам (63) и легкой атлетике (51). Данные по числу лауреатов по всем видам спорта представлены на рис. 2. и 3.

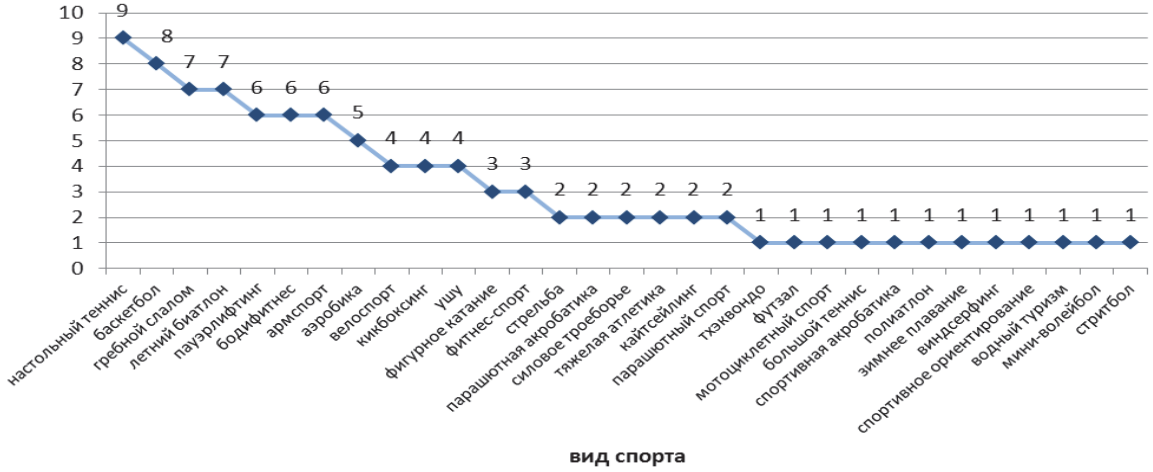


Рис. 3 Количество лауреатов конкурса «Спортивная элита» в Тюменской области по видам спорта за период 1995-2012гг.

Если посмотреть по номинациям более детально, то в номинациях «Лучший спортсмен по олимпийским видам спорта» и «Лучший тренер по олимпийским видам спорта» среди 10 наиболее титулованных видов спорта, лидерство у биатлона, плавания и легкой атлетики. Данные представлены на рис. 4. Среди спортсменов-инвалидов и тренеров наибольшее число лауреатов в лыжных гонках, плавании и легкой атлетике. Данные представлены на рис.5.

Среди молодых спортсменов составляющих олимпийскую надежду Тюменской области наибольшее число лауреатов в биатлоне, боксе и греко-римской борьбе. Данные представлены на рис.6.

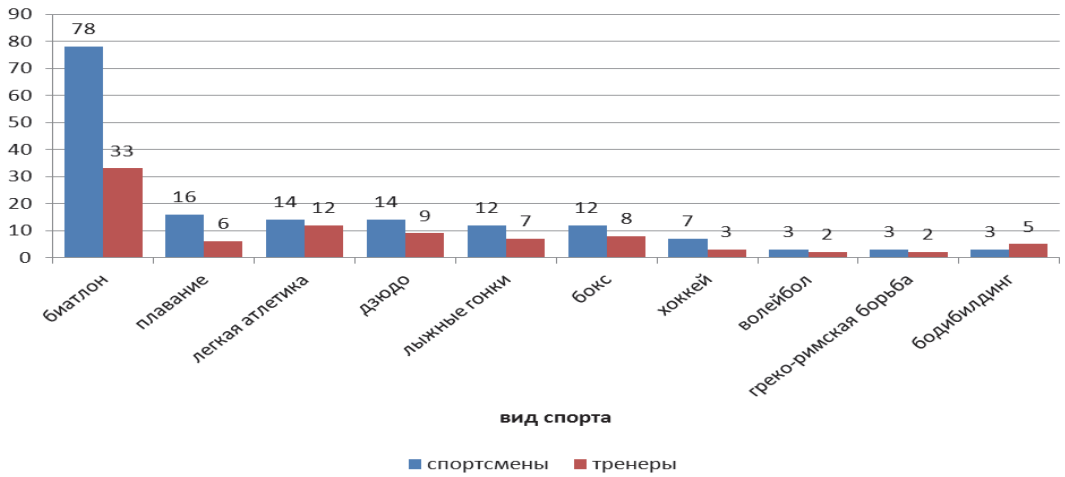


Рис. 4 Количество лауреатов конкурса «Спортивная элита» в Тюменской области по видам спорта (ТОП-10) в номинациях «Лучший спортсмен по олимпийским видам спорта» и «Лучший тренер по олимпийским видам спорта» за период 1995-2012гг.

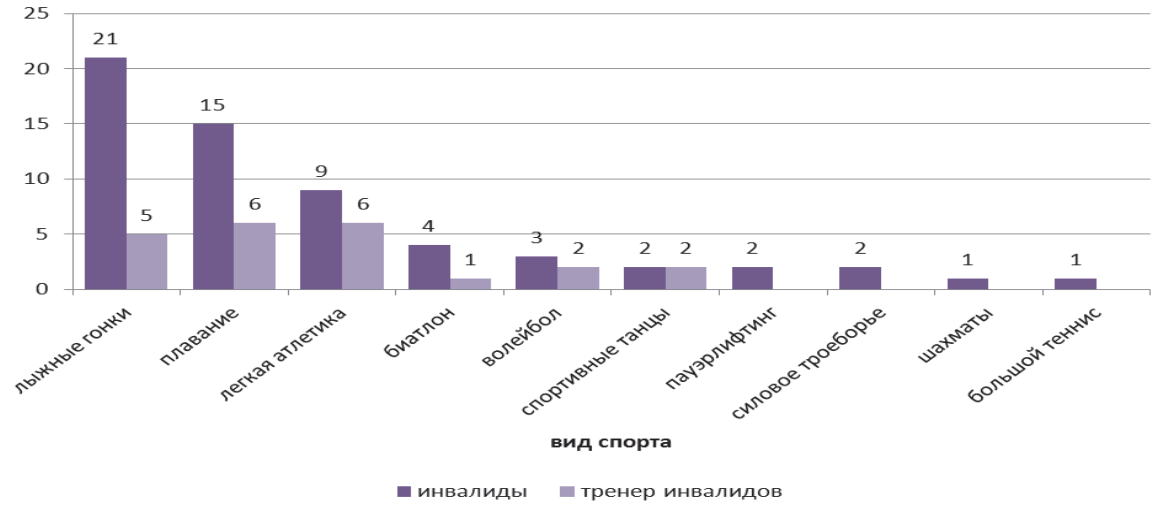


Рис. 5 Количество лауреатов конкурса «Спортивная элита» в Тюменской области по видам спорта (ТОП-10) в номинациях «Преодоление – лучшие спортсмены с ограниченными физическими возможностями» и «Лучший тренер по подготовке спортсменов с ограниченными физическими возможностями» за период 1995-2012гг.

По традиции, заслуженные награды получили не только спортсмены, отличившиеся на татами, лыжне или беговой дорожке, но и те, кто воспитал призеров олимпиад, чемпионатов мира.

Спорт - это не только атлеты и тренеры. В современном мире на любых соревнованиях без науки никуда. Поэтому который год в число спортивной элиты входят и молодые ученые. Их разработки в области спорта помогают лыжникам, бегунам и тяжелоатлетам добиваться высоких результатов.

За время проведения конкурса победителями становились десятки спортсменов. Сейчас многие стали звездами мирового спорта. Победителями и лауреата конкурса также стали тренеры, учителя физкультуры, труловые коллективы, спортивные команды и федерации.

За 18 лет проведения конкурса победителями и лауреатами стали 971 участников. Многие становились лауреатами не один раз, это хорошо видно на приведеных ниже рисунках. Среди них чемпионы и призеры олимпийских игр: Галина Куклева, Альбина Ахатова, Майгуров Виктор, Малетин Александр, Андрей Маковеев, Анна Булыгина, Муса Могушков, Рустам Тотров. Из тренерского состава: Евгений Колтун, Леонид Гурьев,

Валерий Захаров, Хамит Ахатов, Василий Вольф, Максим Кугаевский, Олег Скаморовский, Вячеслав Голдинов.

Также неоднократными лауреатами конкурса была хоккейная команда «Рубин», Команда «Формейшн» «Вера», из федераций: Тюменская областная общественная организация «Федерация хоккея», «Федерация греко-римской борьбы», «Федерация танцевального спорта».

Также хотелось отметить, что награды получают не только спортсмены и тренеры, но и предприятия и администрации городов и районов за лучшую постановку физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы а городе и районе и трудовом коллективе. Неоднократно победителями и лауреатами становились г. Тюмень, Тюменский район район, из предприятий ОАО «Сибнефтепровод»,ЗАО «Птицефабрика «Боровская», ОАО «Газтурбосервис».

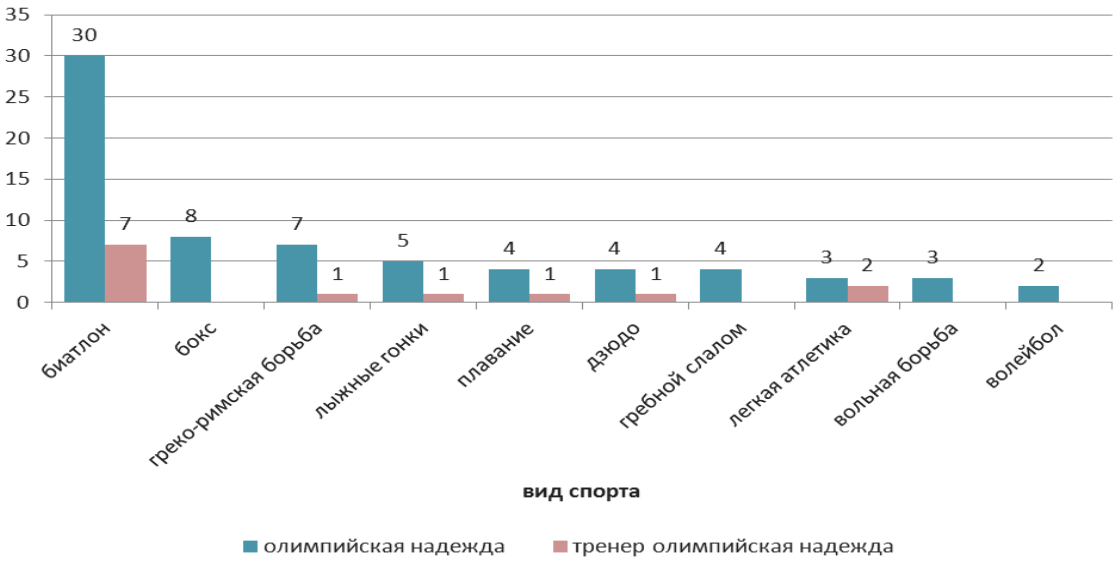


Рис. 6 Количество лауреатов конкурса «Спортивная элита» в Тюменской области по видам спорта (ТОП-10) в номинациях «Лучший спортсмен в номинации «Олимпийская надежда» и «Лучший тренер в номинации «Олимпийская надежда» за период 1995-2012гг.

Также ежегодно выбирают, лучшего учителя молодого ученого в области физической культуры и спорта, лучшего преподователя физического воспитания образовательных учреждений высшего профессионального образования и начального и среднего профессионального образования, а также лучшего учителя физической культуры общеобразовательных учреждений».

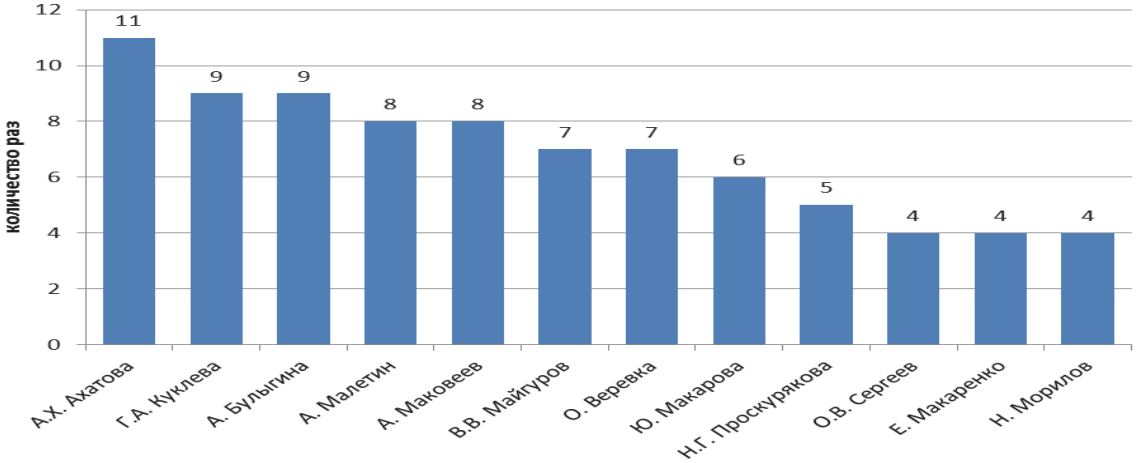


Рис.7. Многократные Лауреаты (победители) в номинациях «10 лучших спортсменов» и «Лучший спортсмен по олимпийским видым спорта» в период с 1995-2012гг.

На рис. 7 представлена 10 лучших спортсменов за весь период конкурса, наиболее титулованными являются Альбина Ахатова (11 раз), Галина Куклева (9 раз) и Анна Булыгина (9 раз), все они представители биатлона.

Среди тренеров наиболее титулованные: Леонид Гурьев (18 раз, биатлон), Евгений Колтун (13 раз, бодибилдиг) и Анатолий Краус (10 раз, легкая атлетика). Данные представлены на рис. 8.

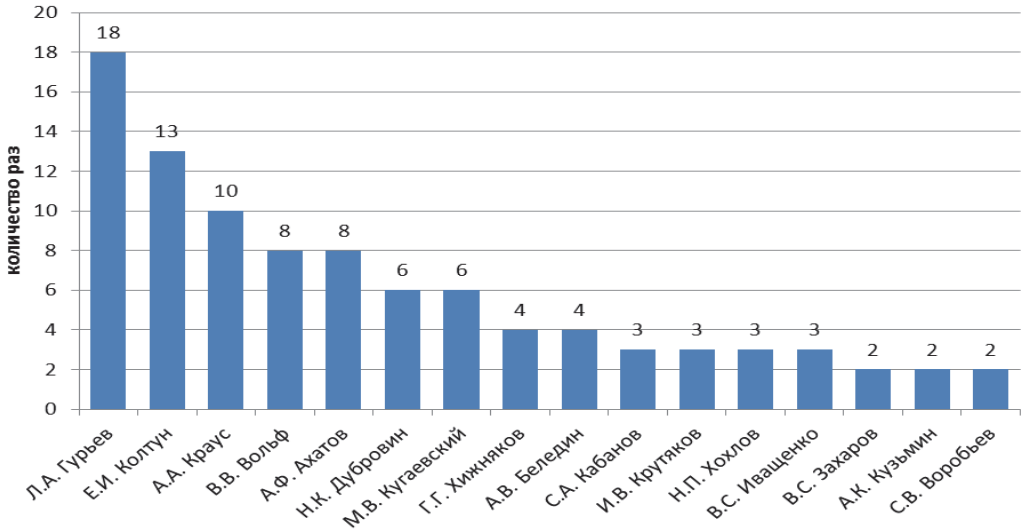


Рис.8. Многократные Лауреаты (победители) в номинации «Лучший тренер», «Лучший детский тренер» в период с 1995-2012гг.

Среди спортивных команд пальму первенства держит команда по спортивным танцам «Формейшн «Вера» (10 раз), по 6 раз становились лауреатами конкурса хоккейная команда «Рубин» и команда по русской лапте спортивная команда «Олимпия» ЗАО «Птицефабрика Боровская». Данные представлены на рис. 9.

Среди спортсменов с ограниченными физическими возможностями наибольшее число раз становились лауреатами Игорь Плотников (8 раз) и Игорь Лукин (7 раз), оба плавание и Роман Куликов (6 раз, легкая атлетика). Данные представлены на рис.10.

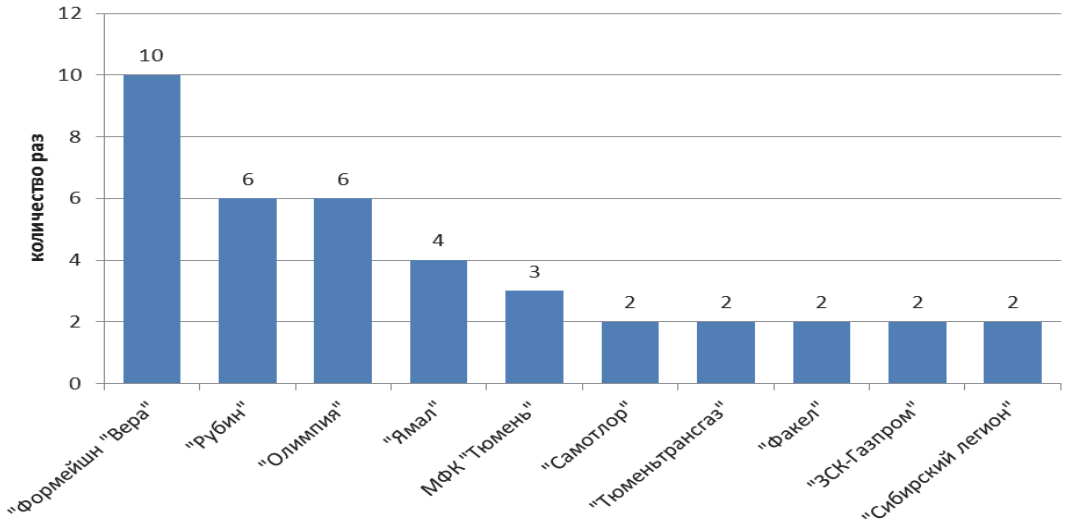


Рис.9. Многократные Лауреаты (победители) в номинации «Лучшая спортивная команда» в период с 1995-2012гг.

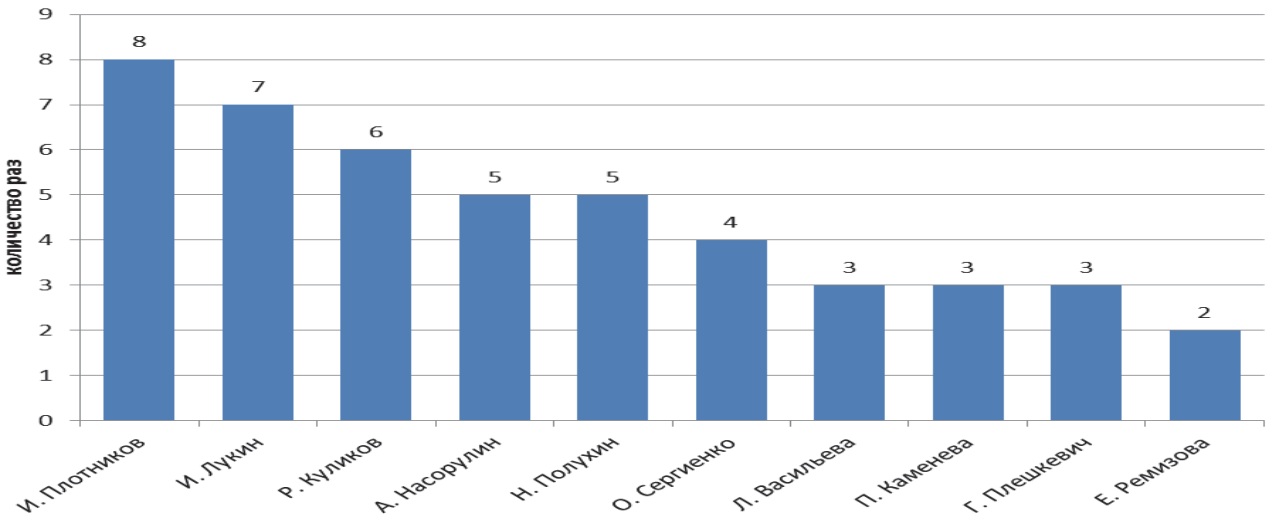


Рис.10. Многократные Лауреаты (победители) в номинации «Лучший спортсмен с ограниченными физическими возможностями» в период с 1995-2012гг.

На рис. 11 представлены спорсмены по видам спорта, не входящих в программу «Олимпийских игр», в этой номинации пальму первенства удерживают Эллина Гоок (бодибилдинг) и Юрий Калашников (каратэ) оба становились лауреатами 4 раза.

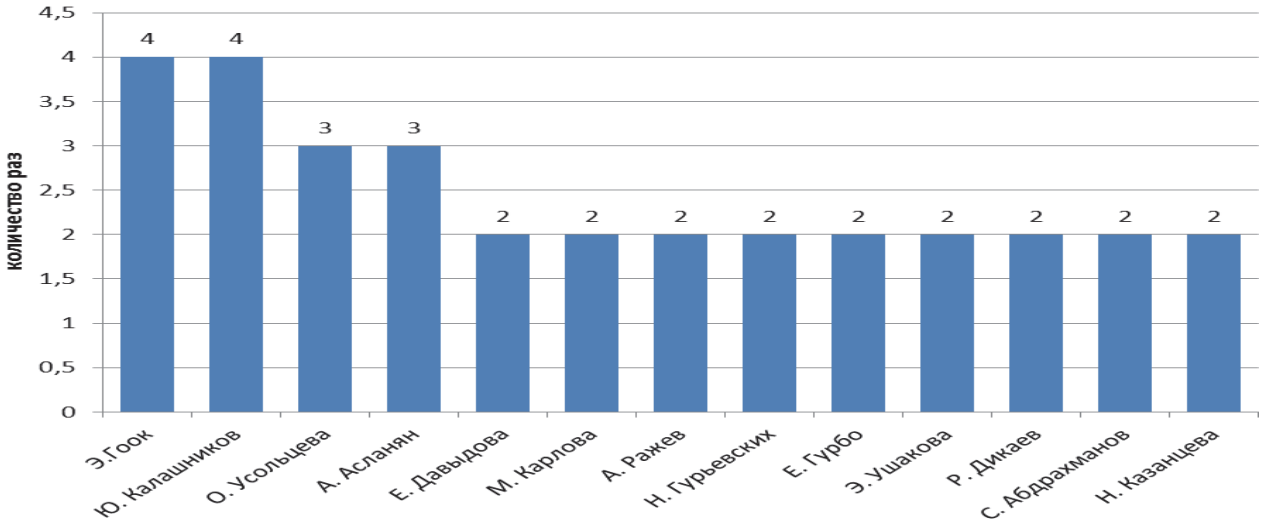


Рис. 11. Многократные Лауреаты (победители) в номинации «Лучший спортсмен по видам спорта, не входящих в программу Олимпийских игр» в период с 1995-2012гг.

Среди федераций лидерство удерживают «Федерация хоккея» (12 раз), «Федерация греко-римской борьбы» и «Федерация спортивного танца» по 8 раз. Данные представлены на рис. 12.

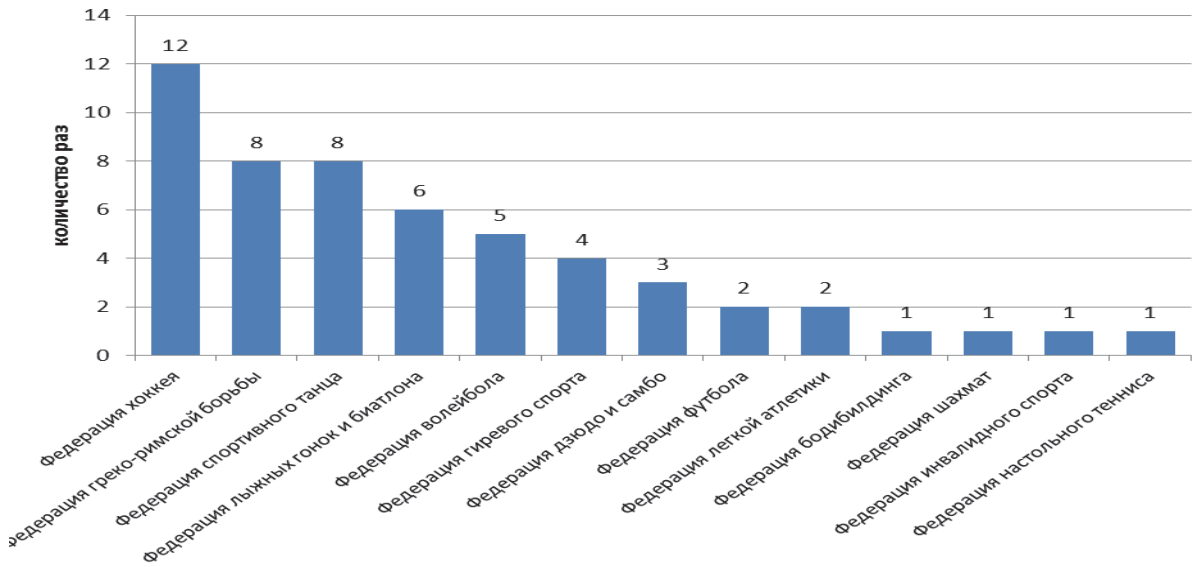


Рис.12. Лауреаты (победители) в номинации «Лучшая спортивная федерация» в период с 1995-2012гг.

Хочется отметить, что теперь конкурс пропагандирует не только спорт высших достижений, но и развитие массового спорта, трудовые коллективы, спортивные клубы, муниципальные и районные образования и науку. Это хорошо видно при анализе награждений по категориям номинаций. Для наглядности результаты данного анализа за 1995г., 2004г. и 2012г. представлены на рис.13, рис.14 и рис.15

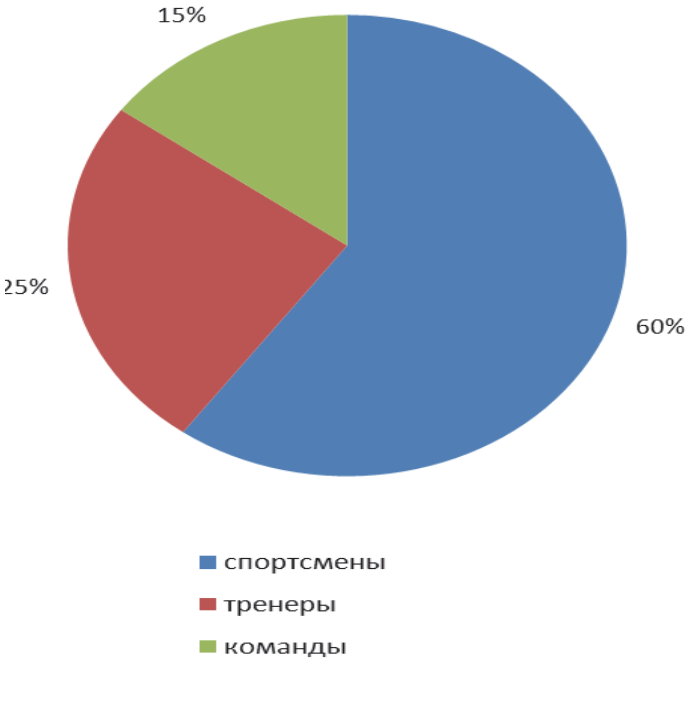


Рис.13. Доля награждений по категориям номинаций в 1995 году

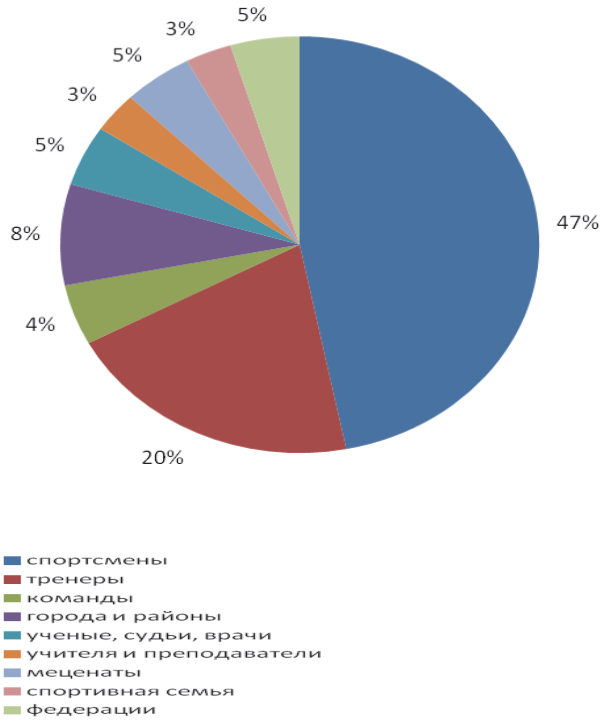


Рис.14. Доля награждений по категориям номинаций в 2004 году

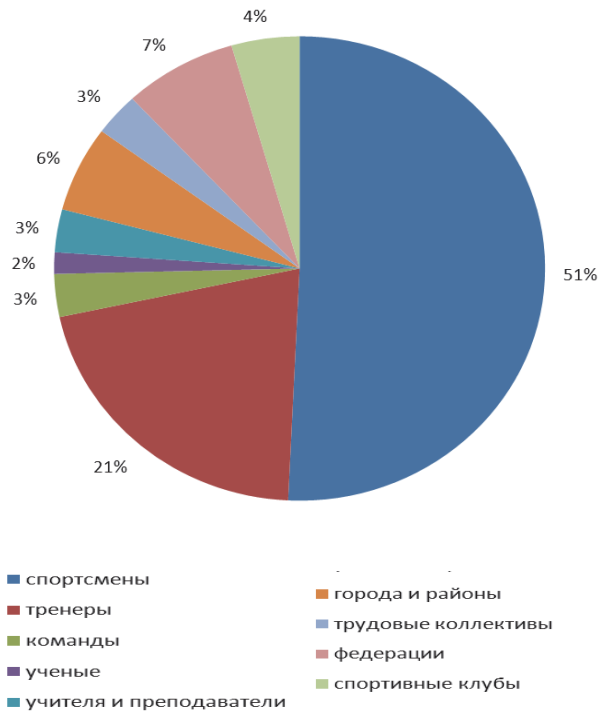


Рис.15. Доля награждений по категориям номинациям в 2012 году

Рис.16. Доля награждений по номинациям внутри категории спортсмены в 1995 году

Так же произошли существенные изменения внутри награжденных номинаций по категории спортсмены, как видно на рис.16, рис.17, рис.18.

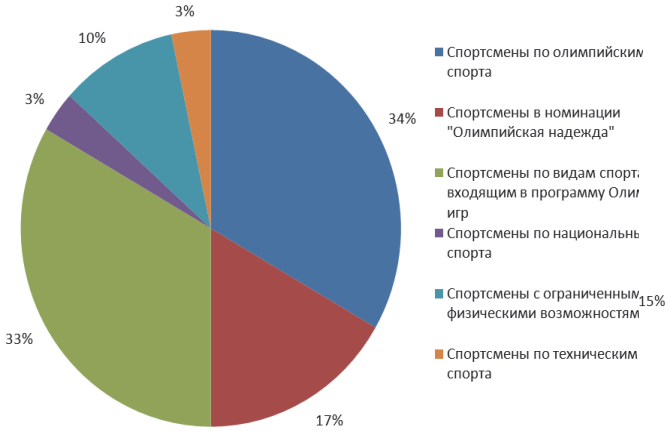


Рис.17. Доля награждений по номинациям внутри категории спортсмены в 2004 году

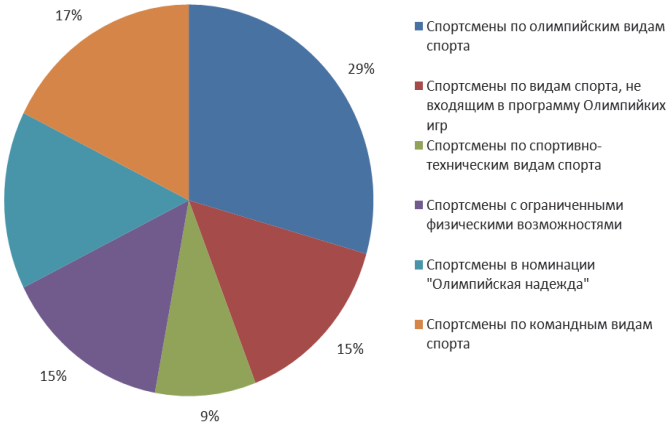


Рис.18. Доля награждений по номинациям внутри категории спортсмены в 2012 году

Библиографический список:

1. Зуев В. Н. Олимпийское образование и олимпийцы Тюменской области/Уч. пособие //Москва: Издательство «Физическая культура. – 2013.

2. Зуев В. Н., Юрьев Ю. Н. Региональное олимпийское движение в проекте «Сочи–2014»: учеб. пособие //М.: Изд.«Физическая культура. – 2014.

3. Зуев В. Н. Правовые основы сферы физической культуры и спорта //Словарь-справочник: Учебное пособие.–М.: ОАО «Издательство «Советский спорт. – 2010.

4. Зуев В. Н. Спортивный арбитр //Тюмень. – 1998. – Т. 490. – С. 3.

5. Зуев В. Н. Управление системой спортивного соревнования //Тюмень:«Вектор Бук. – 2001.

6. История физической культуры и спорта в Тюменском регионе 1864-2014 гг.: Коллективная монография/В.Н. Зуев, Я.А. Куценко, В.В. Насонов; под науч. ред. В.Н. Зуева. -Тюмень: изд-во ТюмГУ, 2015. -668 с.

УДК 796, ББК ч 511

Насонов В.В., к.пед. наук, доцент
Маняхин А.В., старший преподаватель

АНАЛИЗ СМОТР-КОНКУРСА «СПОРТИВНАЯ ЭЛИТА» ПО НОМИНАЦИЯМ И ЧИСЛУ ЛАУРЕАТОВ В ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ (1995-2012ГГ.) (СООБЩЕНИЕ №2)

Тюменский государственный университет, г. Тюмень Государственный педагогический институт им. Д.И. Менделеева филиал ТюмГУ, г. Тобольск

V. Nasonov, Ph. D., associate Professor; A. Manyakhin, senior lecturer

ANALYSIS OF THE COMPETITION "SPORTS ELITE" IN THE CATEGORIES AND NUMBER OF WINNERS IN THE TYUMEN REGION (1995-2012.) (MESSAGE 2)

Tyumen state University, Tyumen State pedagogical Institute. D. And Mendeleev branch of Tyumen state University, Tobolsk

Конкурс на территории Тюменской области проводится во многих городах и районах, помимо областного конкурса и окружных конкурсов в ХМАО И ЯНАО. На сегодняшний день на юге Тюменской области конкурс проводят 3 города и 8 районов. Наибольшую популярность конкурс имеет в Ханты-Мансийском автономном округе – Югра, его проводят 11 городов и 5 районов, в Ямало-Ненецком автономном округе – 4 города и 4 района. Сводная информация по числу номинаций и лауреатов в городах и районах представлена ниже на рис.19, рис.20, рис.21.

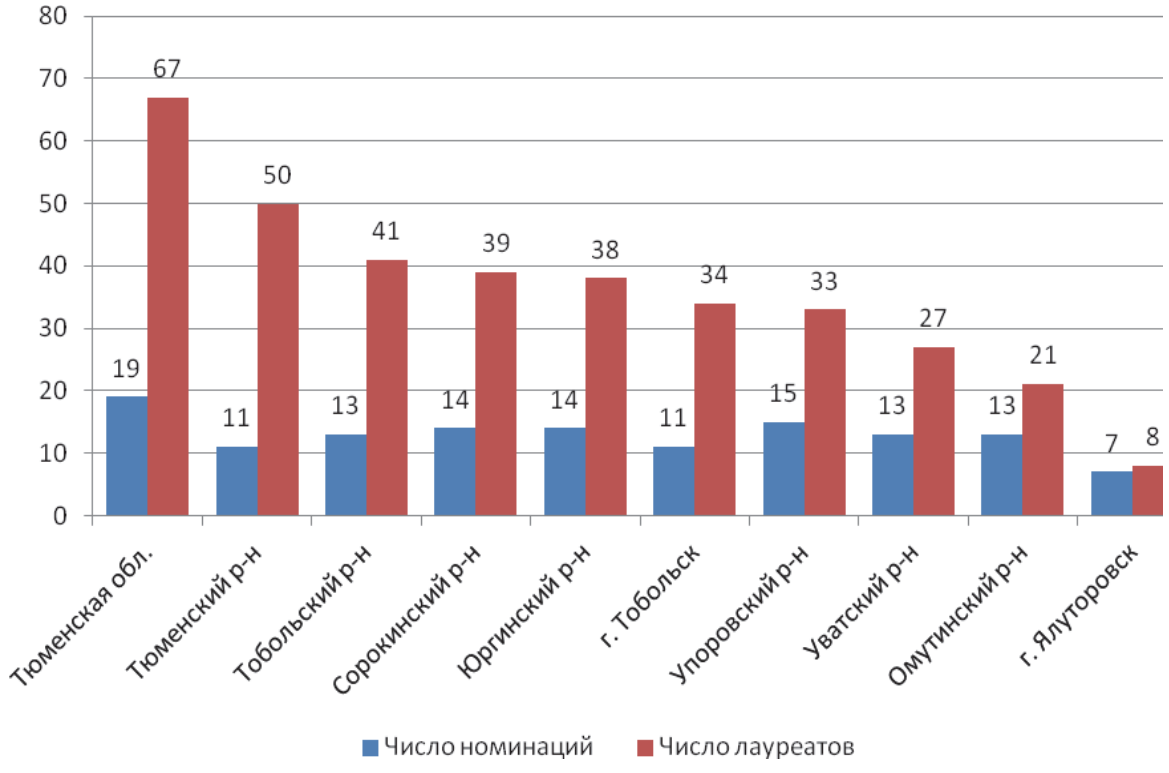


Рис.19. Количество номинаций и лауреатов конкурса «Спортивная элита» на юге Тюменской обл. (по г. Заводоуковск и Исетскому району - данных нет)

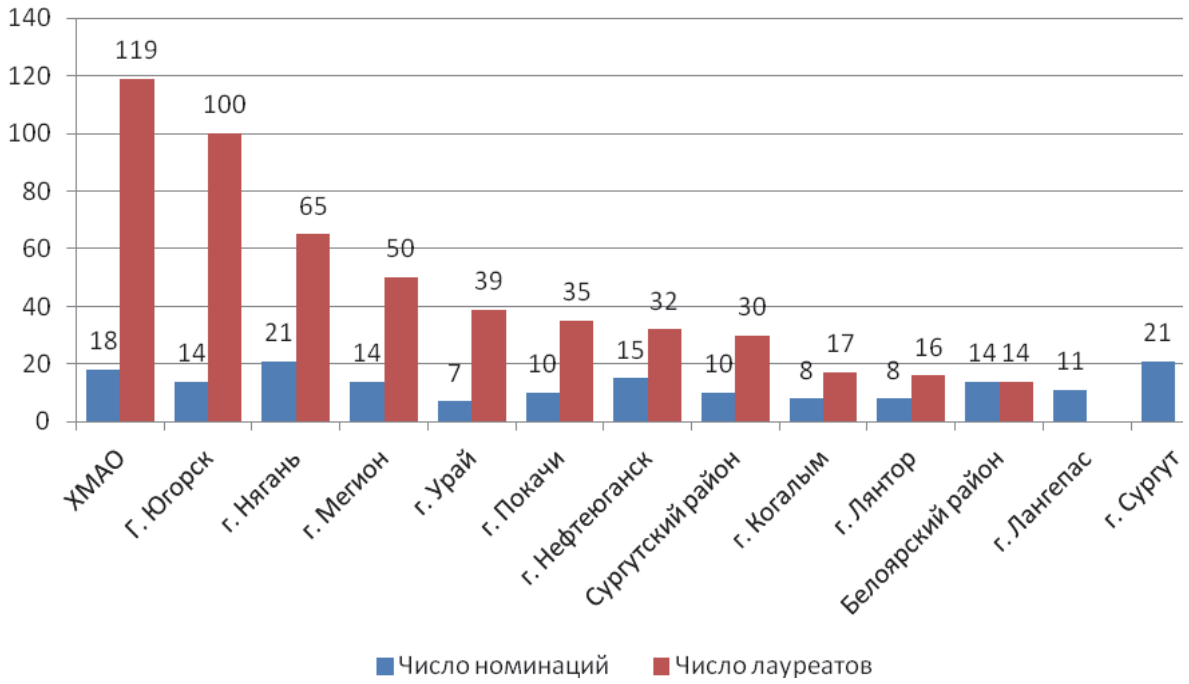


Рис.20. Количество номинаций и лауреатов конкурса «Спортивная элита» в ХМАО (г. Нижневартовск, Березовский район, Кондинский район, Нижневартовский район - данных нет)

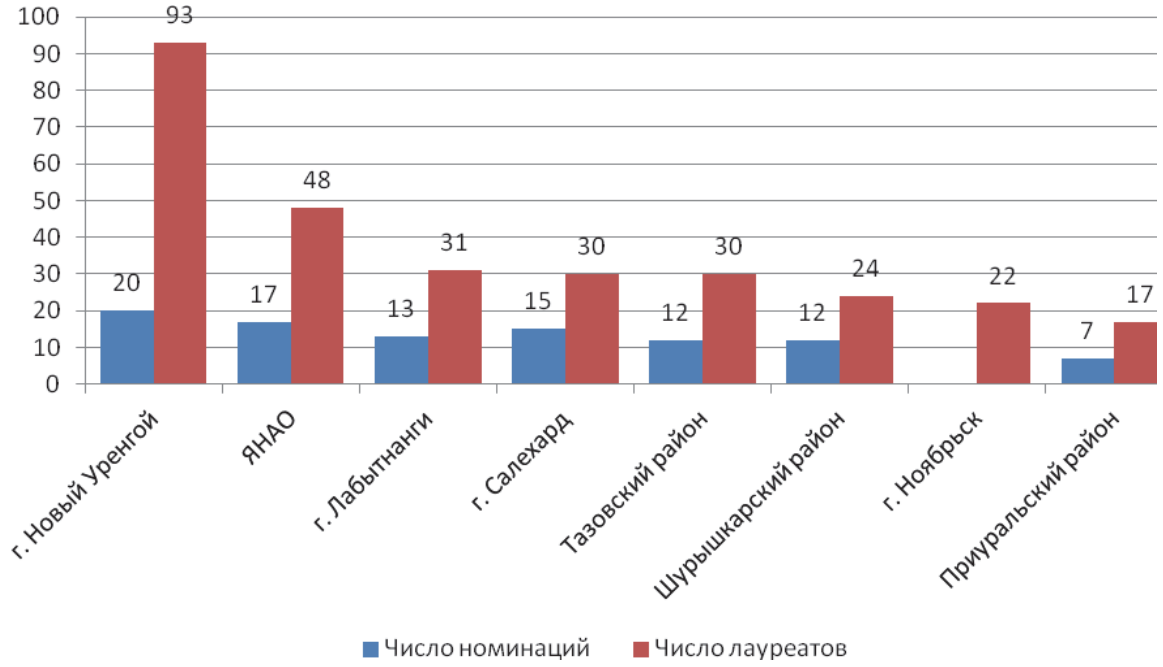


Рис.21. Количество номинаций и лауреатов конкурса «Спортивная элита» в ЯНАО (Пуровский район - данных нет)

Если посмотреть по номинациям, то они несколько различаются на юге области и в округах. На юге области поощряют спортсменов, тренеров, поощряют детский спорт, а также развивают массовый спорт и здоровый образ жизни. В ХМАО-Югра кроме спортсменов и тренеров также уделяют большое внимание развитию детского спорта, поощряют преподавателей и методистов образовательных учреждений, ветеранов спорта, тех, кто всегда рядом со спортсменами – спортивных врачей, большое внимание уделяется спонсорам и конечно лучших спортивных журналистов. В ЯНАО ситуация аналогичная ХМАО, только доста-

точно много внимания уделяется массовому спорту и здоровому образу жизни и национальным видам спорта, не забывают и

Таблица 2.

Сводная таблица по номинациям конкурса «Спортивная элита» на юге Тюменской области, ХМАО и ЯНАО

№ п/п	Номинация	Количество городов и районов		
		Юг обл.	ХМАО	ЯНАО
1	**2**	**3**	**4**	**5**
1.	«Лучший спортсмен по олимпийским видам спорта»	9	13	6
2.	«Лучший тренер по олимпийским видам спорта»	9	13	6
3.	«Лучший спортсмен по видам спорта, не входящим в программу Олимпийских игр»	4	5	1
4.	«Лучший тренер по видам спорта, не входящим в программу Олимпийских игр»	2	4	-
5.	«Лучший спортсмен по спортивно-техническим видам спорта»	2	3	-
6.	«Преодоление – Лучший спортсмен с ограниченными физическими возможностями»	9	9	6
7.	«Лучший тренер по подготовке спортсменов с ограниченными физическими возможностями»	1	2	-
8.	«Лучший спортсмен в номинации «Олимпийская надежда»	9	13	5
9.	«Лучший детский тренер»	6	7	3
10.	«Лучшая спортивная команда по игровым видам спорта»	4	5	4
11.	«Лучшая спортивная команда»	7	4	4
12.	«Лучший спортсмен по командным видам спорта»	1	-	-
13.	«Лучший молодой ученый в области физической культуры и спорта»	1	-	-
14.	«Лучший преподаватель физического воспитания образовательных учреждений высшего профессионального образования»	1	-	1
15.	«Лучший преподаватель физического воспитания образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования»	2	4	6
16.	«Лучший учитель физической культуры общеобразовательных учреждений»	7	10	4
17.	«Лучшая постановка физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в городе и районе»	7	1	6
18.	«Лучшая постановка физкультурно-оздоровительной работы в трудовом коллективе»	7	2	2
19.	«Лучший спортивный клуб»	1		1
20.	«Лучшая федерация»	1	4	3
21.	«Лучший методист-инструктор по спорту дошкольных учреждений»	5	5	3

Продолжение таблицы №2

1	2	3	4	5
22.	«Лучшие детские спортивные команды»	4	4	4
23.	«Лучшая спортивная семья»	7	2	1
24.	«Лучшая постановка физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении»	4	-	-
25.	«Легенда спорта», «Ветеран спорта»	5	11	6
26.	«Призер российских соревнований»	1	2	
27.	«Лучший спонсор», «Меценат в сфере физической культуры и спорта»	2	3	3
28.	«Лучший спортивный врач», «За помощь в организации медицинского облуживания»	1	4	1
29.	«Лучший спортивный судья»	1	1	3
30.	«Лучший спортивный корреспондент (телевидение, газеты, фотокорреспондент)»	-	7	5
31.	«Лучший тренер по игровым видам спорта»		2	1
32.	«Лучший спортсмен по национальным видам спорта»	-	1	3
33.	«Лучший спортивный класс»	-	2	-
34.	«Лучший руководитель спортивного учреждения»	-	-	5

спортивных судей и руководителей спортивных учреждений. Сводные данные по номинациям представлены в таблице 2.

ВЫВОДЫ

1. Анализ научно-методической литературы показал, что отсутствует печатный и аналитический материал по смотр-конкурсу «Спортивная элита» как в Тюменской области, так и России. Этим и обусловлена необходимость в проведении исследования данного конкурса.

2. Величайшая заслуга появления, сохранения, активного развития областного конкурса «Спортивная элита» на территории Тюменской области принадлежит руководству исполнительной власти в отрасли физической культуры и спорта. Конкурс был учрежден в 1995 году комитетом по физической культуре и спорту Администрации Тюменской области под руководством заслуженного работника физической культуры Российской Федерации - Зуева Валентина Никифоровича (апрель 1993 г. - сентябрь 1999 г).

За 18-летнюю историю конкурс значительно изменился, возросло количество номинаций с 5 до 20, число лауреатов - с 20 до 67. Лауреатами конкурса становятся не только спортсмены и тренеры, но и предприятия, общественные организации, спортивные клубы и администрации районов и городов.

Конкурс развивается и на сегодняшний день он проходит не только как всероссийский и областной, его проводят также города и районы. Например, в Тюменской области, Ханты-Мансийского, Ямало-Ненецкого округов он проходит в 18 городах и 17 районах.

3. За годы существования конкурса произошло значительное развитие физической культуры и спорта в регионе, произошла модернизация и развитие материально-спортивной базы, увеличилось число занимающихся спортом, особенно среди детей, увеличилось количество проводимых спортивных соревнований не только российского и международного значения, а также массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий с привлечением всех возрастных групп населения.

Этот конкурс – хорошая возможность выразить признательность спортсменам, прославляющим наш регион, их наставникам, которые готовят чемпионов, помогают молодежи сделать выбор в пользу активного и здорового досуга.

Основным толчком развития физической культуры и спорта в Тюменской области и конкурса «Спортивная элита», в частности, является успешная реализация мер государственной политики в сфере физической культуры и спорта.

Библиографический список:

6. Зуев В. Н. Олимпийское образование и олимпийцы Тюменской области/Уч. пособие //Москва: Издательство «Физическая культура. – 2013.
7. Зуев В. Н., Юрьев Ю. Н. Региональное олимпийское движение в проекте «Сочи–2014»: учеб. пособие //М.: Изд.«Физическая культура. – 2014.
8. Зуев В. Н. Правовые основы сферы физической культуры и спорта //Словарь-справочник: Учебное пособие.–М.: ОАО «Издательство «Советский спорт. – 2010.
9. Зуев В. Н. Спортивный арбитр //Тюмень. – 1998. – Т. 490. – С. 3.
10. Зуев В. Н. Управление системой спортивного соревнования //Тюмень:«Вектор Бук. – 2001.
11. История физической культуры и спорта в Тюменском регионе 1864-2014 гг.: Коллективная монография/В.Н. Зуев, Я.А. Куценко, В.В. Насонов; под науч. ред. В.Н. Зуева. -Тюмень: изд-во ТюмГУ, 2015. -668 с.

УДК 796.093

В.С. Щербаков; В.А. Богданова, к.п.н.

УПРАВЛЕНИЕ СИСТЕМОЙ СОРЕВНОВАНИЙ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА

Тюменский Государственный Университет, Институт физической культуры, г. Тюмень, Россия, artes24@mail.ru

Аннотация. В статье обобщаются основные материалы исследования по управлению системой соревнований в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера; обосновываются, и приводится задачи, актуальность исследования; для определения уровня управления системой соревнований в условиях Крайнего Севера изучается и анализируется специальная литература по данной проблеме.

Ключевые слова: управление, соревнования, лыжные гонки, Крайний Север.

V. Shcherbakov, V. Bogdanova, Ph.D.

MANAGING COMPETITION IN SKI RACING IN THE FAR NORTH

Tyumen State University, Institute of physical culture, Tyumen, Russia, artes24@mail.ru

Annotation. The article summarizes the main research on management system of competitions in ski racing in the far North; settle, set goals, relevance of the study; to determine the level control system of competition in the far North is studied and analyzed special literature on this problem.

Key words: governance, competitions, ski races, far North development.

К 21 веку мы стали свидетелями уникальных спортивных соревнований – чемпионатов России и чемпионатов Мира по лыжным гонкам. С удовлетворением отмечаем высокий профессиональный и зрительский интерес к этим довольно обычным и присущим для России соревнованиям. Несомненно, эти спортивные соревнования несут огромный воспитывающий потенциал в развитие молодежи территории Крайнего Севера, Сибири и Дальнего Востока, способствуют гармоничному развитию личности [1].

Президентская программа «Дети Севера» является основополагающей законодательной базой в улучшение состояния здоровья населения страны. Исследования, проведенные учеными – североведами показали, что во многих регионах Сибири и Крайнего Севера нет практически здоровых детей. Заболеваемость среди детей в северных территориях выше средней величины по стране в 2 – 2,5 раза [2].

Проблема управления системой соревнований в лыжных гонках является одной из важнейших в физическом культуре и спорте. Управление системой соревнований в лыжных гонках на территории Сибири и Крайнем Севера должно способствовать массовому укреплению здоровья подрастающего поколения нашей страны.

Опыт педагогов и результаты исследований в области физической культуры и спорта показывают, что управление системой соревнований в лыжных гонках – это важная составная часть всесторонней физической подготовки и специфики образа жизни населения Крайнего Севера, с одной стороны как объект управления, а с другой – как необходимое условие обеспечения национальной безопасности и ее успешного народно – хозяйственного развития. Поэтому необходимо разрабатывать и внедрять в теорию и практику физической культуры и спорта именно те средства, методы и приемы, которые будут эффективными для работы с детьми, занимающимися лыжными гонками.

Объект исследования - система соревнований в лыжных гонках.

Предмет исследования - управление системой соревнований в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера.

Цель исследования - определить содержание и формы управления системой соревнований в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера .

В соответствии с целью были поставлены следующие **задачи:**

1.Изучить и определить характеристику современного состояния системы подготовки спортсменов в лыжных гонках.

2.Разработать нормативно-правовые основы управления соревнованиями в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера.

3.Выявить организационные основы проведения соревнований в лыжных гонках.

4.Разработать практические рекомендации по управлению системой соревнований в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера.

Теоретико – методологическую основу исследования составили: управление системой спортивного соревнования (Зуев В.Н., 2001, 2009); положения организации и управления физической культурой и спортом (Каневец Т.М., 1979; Куликов Л.М., 1995; Золотов М.И., Кузин В.В., Кутепов М.Е., Сейранов С.Г., 2001; Переверзин И.И., 2002; Филиппов С.С., 2004); методология общей теории физической культуры (Матвеев Л.П., 1977, 1991; Пономарев Н.И., 1996; Курамшин Ю.Ф., 1999, 2003; Николаев Ю.М., 2004); положения теории спорта и системы подготовки спортсменов (Платонов В.Н., 1984, 1997; Матвеев Л.П., 1999; Озолин Н.Г., 2002; Новиков А.А., 2003); управление в сфере физической культуры и спорта (Жолдак В.И., Зуев В.Н., 2000); регулирование нормативно-правовых документов в отечественной сфере физической культуры и спорта (Зуев В.Н., 2001); северное многоборье (Зуев В.Н., 2003); управление системой соревнований в северном многоборье (Зуев В.Н., 1996); управление системой спортивного соревнования на федеральном и региональном уровнях (Зуев В.Н., 2016).

Научная новизнаисследования заключается в:

- разработке нормативно-правовых основ управления системой соревнования в лыжных гонках;

- систематизации организационных основ проведения соревнований в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера.

Теоретическая значимость исследования заключается в дополнении теории управления физкультурным и спортивным движением в управление системой соревнований в лыжных гонках.

Практическая значимость исследования заключается в нормативно – правовом и научно – методическом обеспечении организации соревнований в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера.

Исследование планируется провести в период с сентября 2016 по октябрь 2018 года в Ямало-Ненецком Автономном Округе Тазовском районе приравненного к территории Крайнего Севера, что подходит по климато-географическим признакам для исследования данной проблемы.

На первом этапе исследования проведен анализ научно-методической литературы и документов, регламентирующих деятельность государственных и общественных органов

управления физической культурой и спортом; осуществлено обобщение практического опыта руководителей, организаторов, тренеров и др. специалистов различного профиля деятельности спортивных организаций; сформирована теоретическая база исследования; произведена оценка проблемной ситуации; определены основные направления дальнейших социально-педагогических исследований.

На втором этапе исследования нами будет проведен системный анализ теоретико-методологических аспектов повышения качества управления системой соревнований в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера.

На третьем этапе исследования планируется провести основной социально-педагогический эксперимент: разработка нормативно-правовых основ управления соревнованиями в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера; выявление организационных основ проведения соревнований в лыжных гонках; разработка практических рекомендаций по управлению системой соревнований в лыжных гонках в условиях Крайнего Севера.

Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» №329 от 12.12.2007 г., статья 2, пункт 18 и 12 утверждает понятийное обоснование по двум сегментам: спортивное соревнование и спорт.

Спортивное соревнование – состязание среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания, проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту) [6].

Суть любого вида спорта и в целом спорта как социальной сферы составляет соревновательная деятельность. Например, Н.Н. Витизев (1979) определял спорт как социальную сферу общества, сущность которой составляет соревновательная деятельность, представляющая собой состязательность в наиболее «чистом» виде [3].

(201). Классификации и типы соревнований по лыжным гонкам

(201.3) Классификация международных соревнований FIS (FederationInternationaledeSki – Международная лыжная федерация)

(201.3.1). Зимние Олимпийские игры (ЗОИ), чемпионаты мира (ЧМ) FIS и Первенства мира (ПМ) FIS

(201.3.2). Кубки мира (КМ) FIS

(201.3.3). Континентальные кубки (КК) FIS

(201.3.4). Международные соревнования FIS (Гонки FIS)

(201.3.5). Соревнования со специфичным контингентом участников и / или классификацией

(201.3.6). Соревнования с участием организаций, не входящих в состав FIS (военные и т.д.)

(201.4). Дисциплины FIS

Дисциплиной называется вид спорта, который может включать в себя одну или несколько разновидностей соревнований. Например, лыжные гонки – это дисциплина FIS, а спринт – разновидность соревнования в рамках этой дисциплины.

(201.6). Типы соревнований

1.3.1 (201.6.1). Лыжные гонки, соревнования на лыжероллерных и массовых лыжные гонки по классификации FIS относятся к «Северным» дисциплинам.

(200). Общие правила для соревнований FIS

(200.1) Соревнования FIS, организуемые на территории Российской Федерации, проводятся с согласия с ФЛГР (202.4) по правилам и инструкциям FIS.

Трассы для лыжных гонок должны располагаться так, чтобы они давали возможность наилучшим образом оценить техническую, тактическую и физическую подготовленность спортсменов. Уровень сложности должен соответствовать уровню соревнования, возрасту и квалификации участников. Трасса должна быть проложена так, чтобы избежать мо-

нотонности, иметь холмистую поверхность, участки подъёма и спуска. Там, где это возможно, трасса должна проходить через лес.

Ритм гонки не должен перебиваться большим количеством резких изменений направления или крутых подъемов. Участки спуска должны располагаться так, чтобы спортсмены могли обгонять друг друга. Необходимо чтобы лыжники, имеющие разную скорость, могли одновременно проходить по трассе, не мешая друг другу [5].

Заключение

Анализ научно – методической литературы показал, что проблемами управления системой соревнований занимались многий ученые (В.И. Жолдак, В.Н. Зуев). Организация управления системой спортивного соревнования, наряду с планированием, регулированием и контролем, является ведущей управленческой функцией и представляет собой определение субъектов и объектов управленческой деятельности с наделением их соответствующими функциональными правами и обязанностями (В.И. Жолдак, В.Н. Зуев).

Состязательные соревнования являются главной организационной формой спортивной деятельности, смысловой сутью спорта. В современных публикациях по теории спорта авторами по-разному рассматривается проблема о том, что исторически появилось прежде соревнование, спортивная тренировка или подготовка к соревнованиям; совершенствование физических качеств и способностей человека, или состязательное сравнение ловкости, силы, и быстроты (А.Д. Новиков, Л.П. Матвеев, Н.И. Пономарев, А.А. Тер-Ованесян, К.Л. Чернов, С.А. Брянкин, М.М. Боген, Ю.И. Смирнов, Р.А. Пилоян, В.Н. Платонов, В.Н. Зуев и др.).

Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам имеет ряд особенностей. Они часто проводятся при недостатке или отсутствии оборудованных баз и помещений, в местах, отдаленных от населенных пунктов, в условиях изменчивой и суровой погода, иногда соревнования проводятся на обширных территориях естественной местности, и участники большую часть времени находятся вне поля зрения организаторов, судей и тренеров. Указанные особенности создают трудности в организации и проведении соревнований по лыжным гонкам.

Библиографический список

1. Зуев, В.Н. Северное многоборье /В.Н. Зуев. - Москва: Вектор Бук, 2003. – 280 с.
2. Зуев, В.Н. Управление системой соревнований в северном многоборье: учебное пособие /В.Н. Зуев. - Омск: Издательство СибГАФК, 1996. – 171 с.
3. Зуев, В.Н. Управление системой спортивного соревнования на федеральном и региональном уровнях: учебное пособие / В.Н. Зуев. - Москва: Физическая культура, 2016. – 256 с.
4. Зуев, В.Н. Управление системой спортивного соревнования: учебное пособие /В.Н. Зуев. - Москва: Физическая культура, 2009. – 264 с.
5. Логинов, В.А. Правила соревнований по лыжным гонкам: учебное пособие /В.А. Логинов. - Москва: Светотон, 2007. – 160 с.
6. Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуре и спорта: учебное пособие / А.В. Починкин. - Москва: Советский спорт, 2013. – 264 с.

УДК 796:34

П.Г. Смирнов, к.п.н., профессор; Ю. Красавина

ВНЕДРЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ МЕТОДОВ МАРКЕТИНГОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ В МЕНЕДЖМЕНТ ОО «ТЮМЕНСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ СКАЛОЛАЗАНИЯ»

[1]ФГБОУ ВПО Тюменский индустриальный университет, г. Тюмень, РФ, fv@tgasu.ru
[2] ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет», г. Тюмень, РФ

Аннотация: *В статье на примере Тюменской областной федерации по скалолазанию исследуются возможности диверсификации экономической деятельности общественных спортивных организаций с применением методов маркетинговых коммуникаций. Рассматриваются ресурсы по увеличению количества занимающихся данным видом спорта и числа зрителей и болельщиков.*

Ключевые слова*: спортивная федерация, реклама, спонсорство, маркетинг, информация.*

P. G. Smirnov, Ph. D., Professor, Krasavina M. Yu.

IMPLEMENTATION OF INNOVATIVE METHODS OF MARKETING COMMUNICATIONS IN THE MANAGEMENT OF OO "OF THE TYUMEN REGIONAL FEDERATION OF CLIMBING"

1ФГБОУ VPO Tyumen industrial University, Tyumen, Russia, fv@tgasu.ru
2 Federal STATE Autonomous educational institution "Tyumen state University", Tyumen, Russia

Abstract: *In article on the example of the Tyumen regional Federation of climbing explores the possibilities for diversification of economic activities of public sports organisations using the methods of marketing communications. Considers the resources to increase the amount of people involved in the sport and the number of spectators and fans.*

Key words*: sport Federation, advertising, sponsorship, marketing, information.*

Важнейшими критериями развития любого вида спорта, в частности скалолазания, являются: рост числа занимающихся, открытие новых спортивных сооружений, увеличение заинтересованности населения проводимыми спортивными соревнованиями.

Объектом исследования является общественная организация «Тюменская областная федерация скалолазания».

Предмет исследования - система маркетинговых коммуникаций областной федерации скалолазания.

Цель: разработать и внедрить систему маркетинговых коммуникаций для федерации неолимпийского вида спорта – общественная организация «Тюменская областная федерация скалолазания».

Гипотеза: диверсификация маркетинговой деятельности общественной организации «Тюменская областная федерация скалолазания» создаст предпосылки для увеличения количества зрителей на соревнованиях по скалолазанию, увеличит число занимающихся и спонсоров данного вида спорта.

Практическая значимость заключается в том, что исследование системы маркетинговых коммуникаций ОО «Тюменская областная федерация скалолазания» позволяет выявить её недостатки, создать и внедрить эффективный комплекс маркетинговых мероприятий по привлечению зрителей на соревнования по скалолазанию.

Исходя из цели нашего исследования были определены следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы по изучаемому вопросу;
2. Интернет – опрос;
3. Включенное наблюдение;
4. Методы математической обработки и анализа полученных данных.

По нашему предложению на очередном заседании федерации (ноябрь 2014г.) был рассмотрен вопрос о диверсификации маркетинговой деятельности. В результате был утвержден план мероприятий, который включает следующие пункты:

- ребрендинг логотипа;
- размещение рекламы в Интернете в социальных сетях и на информационно-развлекательных порталах города;
- создание видео-анонсов предстоящих мероприятий;
- изготовление афиш;
- поиск спонсоров;
- организации видео-трансляции соревнований;
- изготовление сувенирной продукции;
- использование современных способов поиска информации в интернете с помощью хэштегов;
- пропаганда скалолазания и здорового образа жизни;
- проведения мастер-классов.

Предложенный план мероприятий был реализован в рамках подготовки и проведения соревнований в 2015 и 2016 годах.

Первым таким мероприятием было создание группы в социальной сети «В Контакте».

Согласно проведенному сегментированию потребителей, целевой аудиторией «ТОФС» являются жители города в возрасте от 16 до 35 лет.

За 2 недели до каждого старта был размещен анонс о предстоящем мероприятии:
- в социальной сети «В Контакте» в информационных группах города Тюмени, таких как, «Я люблю Тюмень», «72.ru - новости Тюмени», «Афиша Тюмень» и др.;
- на информационно-развлекательных порталах нашего города – «Nashgorod.ru», «72.ru», «Megatyumen.ru» и др.;
- на сайте АСН «Тюменская арена».

Активное распространение информации в Интернете позволило привлечь большее количество зрителей на соревнования. Если на Чемпионате города Тюмени, проводимом в январе 2015г, присутствовало около 40 болельщиков, то уже на первенство области, проводимом в конце февраля 2015г, пришло посмотреть более 190 жителей города.

Методом включенного наблюдения нами установлено, что с помощью данных видеоанонсов было увеличено число занимающихся на скалодроме по разовым абонементам на 42%, а по месячным абонементам на 15%.

Кроме работы по информированию жителей Тюмени о предстоящих соревнованиях по скалолазанию, ведется активный поиск спонсоров и рекламодателей. За последнее время у федерации сложились долгосрочные партнерские отношения с рядом тюменских компаний: «Клякса», «Вертикальный мир», «Кристалл», «Манарага» и «Триал-спорт».Таким образом, если в 2014 г. спонсорская помощь в денежном эквиваленте равнялась 40 000 руб., то в 2015 г. она увеличилась до 230000 руб., а за пять месяцев 2016 года размер привлеченных средств составил более 150000 руб.

Инновационным является изготовление и продажа сувенирной продукции. Так, для Чемпионата России 2015г. впервые были изготовлены под заказ федерации магниты и кружки с изображением Человека-паука, который являлся символом данного старта. В 2016 г. в продаже так же появились футболки, наклейки. Суммарный доход федерации от продажи сувенирной продукции вырос с 15 000 руб. в 2015 году до 62 000 руб. за первое полугодие 2016 г.

Весь этот комплекс мероприятий, проведенных «Тюменской областной федерации скалолазания», согласно нашим исследованиям, позволил увеличить число зрителей, посещающих соревнования по скалолазанию, если в 2014 году общее число зрителей на всех

мероприятиях не превысило 300 человек, то только в первом полугодии 2016 года этот показатель составил более 550 человек.

Выводы и предложения

1. В работе были рассмотрены теоретические аспекты организации системы маркетинговых коммуникаций, а именно, понятие, сущность, формы, методы оценки их эффективности и применение их в сфере спорта.

2. Выяснено, что в спорте, как и в любой другой деятельности, для достижения поставленных целей в области привлечения внимания потребителей к своему продукту необходимо использовать разные формы маркетинговых коммуникаций в сочетании друг с другом.

3. Руководству «ТОФС» необходимо ввести в штат сотрудника, который будет ответственный за маркетинговую деятельность федерации.

4. Создать свой сайт в Интернете, на котором будет своевременно появляться актуальная информация о проводимых соревнованиях, местах, где можно попробовать скалолазание.

5. Вести работу по пропаганде скалолазания и здорового образа жизни среди школьников г.Тюмень.

Библиографический список

1. Кузьмичева Е.В. Экономика физической культуры и спорта: учебное пособие / Е.В. Кузьмичева, М.И. Золотов, С.Н. Зозуля. – М.: Физическая культура, 2008. – 480 с.

2.Смирнова И.И. Финансово-хозяйственные аспекты деятельности организации: методическое пособие / И.И. Смирнова, С.Л. Сидорова, Я.В. Фаворская, И.В. Харитонова. – М., 2009. – 108 с.

УДК 796.034.05

Г.А. Куценко, магистрант

ОСОБЕННОСТИ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ В СФЕРЕ ФКиСУ СТУДЕНТОВ МАГИСТРАТУРЫ РАЗЛИЧНОГО ПОЛА И ВОЗРАСТА

Тюменский государственный университет, Тюмень, Россия, gleb_777@list.ru

Аннотация. *Статья посвящена гендерным особенностям выбора профессии в сфере физической культуры и спорта (ФК и С) у студентов магистратуры института физической культуры. В статье определены сходства и различия в профессиональных предпочтениях магистрантов различного пола и возраста.*

Ключевые слова. *Профессиональное самоопределение, гендерные особенности, студенты магистратуры института физической культуры.*

G.A. Kutsenko, undergraduat

FEATURES CAREER CHOICES IN FC and C OF GRADUATE STUDENTS OF DIFFERENT GENDER AND AGE

Tyumen State University, Tyumen, Russia, gleb_777@list.ru

Abstrakt. *The article is devoted to gender peculiarities of career choices in the field of physical culture and sports (FC & C) graduate students of the Institute of Physical Culture. The article identifies similarities and differences in professional preferences undergraduates of different gender and age.*

Keywords: Professional self-determination, gender characteristics, graduate students of the Institute of Physical Culture.

Самоопределение обучающегося — интегративное образование в структуре личности, совокупность её качеств, свойств и состояний, проявляющее себя во внутренней готовности индивида к выбору жизненного пути [1].

Ученые, выстраивая периодизации развития субъекта труда, по-разному определяют границы возраста, связанного с выбором профессии. Например, Е.А. Климов считает, что оптация соответствует периоду от 11-12 до 14-18 лет. Американский психолог Д. Сьюпер соотносит исследовательскую стадию, когда происходит проба своих сил в разных видах

учебной и профессиональной деятельности, с периодом от 14 до 25 лет… Применительно к ситуации современной России следует констатировать, что периодизации, отражающей реальную ситуацию на сегодняшний день нет.

Социальная значимость профессий в сфере физической культуры и спорта очень высока. Это связано с формированием ценностного отношения общества и личности к физической культуре с одной стороны, и со стратегическими ориентирами государственной политики в области ФК и С с другой.

В преддверии проведения крупных спортивных событий в РФ (2016 – 2018 г.г.), потребность в высококвалифицированных специалистах индустрии спорта ощущается все острее. Более того, мониторинг состояния рынка труда в Тюменской области за 2015 год дает информацию о востребованных специальностях в отрасли ФК и С. Так, анализ показал наличие вакансий учителя ФК и инструктора ФК в дошкольных образовательных учреждениях.

При этом, рамки профессиональной деятельности в сфере ФК и С сегодня необычайно расширены.

В научной литературе представлены исследования ряда авторов - Е.А Климова [4], Н.С. Пряжникова [6], Г.А. Герцога [3], И.С. Ворошиловой [2], К.В. Хорошуна [7] и др., посвященные проблеме профессионального самоопределения молодежи. Однако, гендерным аспектам выбора профессии в рамках одной сферы деятельности посвящены лишь фрагментарные исследования [7].

В связи с вышеизложенным целью нашей работы стало изучение половозрастных различий выбора профессии в сфере ФК и С..

Исследование было проведено в 2015-2016 г.г. на базе ИФК ТюмГУ. Объем выборки составил 40 человек, 18 женского и 22 мужского пола. В качестве респондентов выступали студенты магистратуры 1 курса заочного отделения ИФК ТюмГУ программы подготовки «Менеджмент и экономика в сфере ФК и С». Средний возраст респондентов женского пола составил 24 года, мужского пола – 33 года. Респондентов объединяли по следующим характеристикам: обучение в условиях единой образовательной системы (вуз) и ориентация на получение высшего образования в магистратуре.

Результаты исследования

Из представленных на рисунке 1 результатов видно, что количество студентов мужского пола, желающих продолжить обучение в магистратуре, составило 55%, женского – 45%.

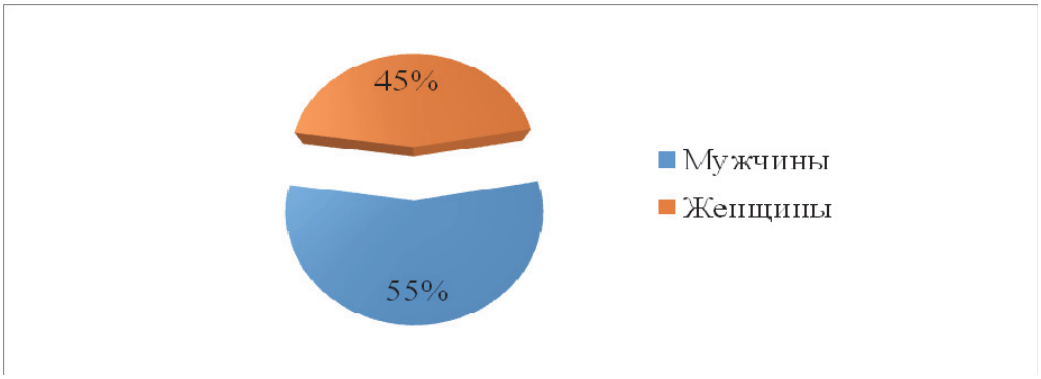


Рис. 1. Соотношение студентов разного пола, поступивших на заочное отделение магистратуры ИФК ТюмГУ.

В целом, полученные данные отражают соотношение мужчин и женщин в структуре населения РФ.

Обращает на себя внимание факт различия среднего возраста студентов мужского и женского пола, поступивших в магистратуру. Так, средний возраст респондентов женского пола составил 24 года, а мужского – 33 года. Вероятно, это можно объяснить существую-

щей экономической ситуацией и гендерной ролью мужчины, основной задачей которого является материальное обеспечение семьи.

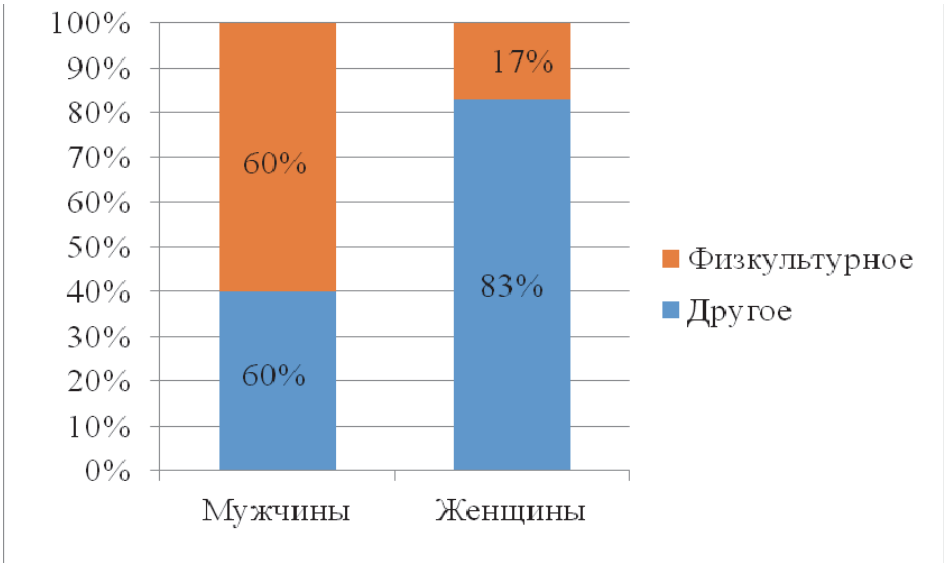


Рис. 2. Различия в базовом образовании у студентов мужского пола, поступивших на заочное отделение магистратуры ИФК ТюмГУ.

Обращает на себя внимание тот факт, что респонденты женского пола в подавляющем большинстве случаев (83%) не имеют базового физкультурного образования, и стремятся его получить, имея перспективную цель сменить профессию. Иная зависимость наблюдается в отношении респондентов мужского пола. Так, 60% из них уже имеют базовое физкультурное образование, однако, поступили в магистратуру с целью дальнейшего самосовершенствования в профессии, причем, в значительно более старшем возрасте.

Анализ анкетирования студенток магистратуры женского пола свидетельствует о том, что большая часть из них (60%), после получения диплома готовы выбрать профессию в сфере ФК и С, предпочитая ее настоящей.

Выводы: Результаты исследования показали наличие половозрастных различий в выборе профессии в сфере ФК и С.

- Респонденты женского пола обладают более высоким уровнем психологической готовности к выбору и даже смене профессии, чем респонденты мужского пола.
- Респонденты мужского пола получают высшее профессиональное образование в более старшем, чем респонденты женского пола возрасте.

Список литературы:

1. Болучевская, В.В. Профессиональное самоопределение будущих специалистов помогающих профессий: Монография/ В.В. Болучевская.– Волгоград: ВолГМУ, 2010. - 264 с.
2. Ворошилова, И. С. Поддержка студента в личностно-профессиональном самоопределении / И. С. Ворошилова, Н. П. Федорова, Д. А. Романов, Т. В. Тихомирова // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. — № 2 (96), 2013. - С. 19-23.
3. Герцог Г. А. Профессиональное самоопределение и трудоустройство выпускников профессионально-педагогических специальностей вуза: Информационно-аналитический отчет по результатам опроса студентов профессионально-педагогических специальностей ППИ ЧГПУ / Г. А. Герцог, Е. А. Гнатышина, Н. А. Пахтусова; Проф.-пед. ин-т Челяб. гос. пед. ун-та. -Челябинск, 2014. - 52 с.
4. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. — Ростов на Дону: Феникс, 1996. — 509 с.
5. Куценко, Г.А. К вопросу о профессиональном самоопределении выпускников физкультурного вуза // Молодой ученый. № 10 (90), 2015. С. 1199 – 1201.
6. Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. – М.: Изд-во "Институт практической психологии"; Воронеж: НПО "МОДЭК", 2006. 233 с.

7. Хорошун К. В., Глухенький И. Ю., Гусева Д. Н. Поддержка студентов в личностно-профессиональном самоопределении в условиях информатизации образования // Молодой ученый. - 2013. - №11. - С. 674-678.

УДК 378.14:796

Коган А.Л.

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ ВНЕДРЕНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В РАМКАХ ИНКЛЮЗИВНОГО МОЛОДЕЖНОГО ПРОЕКТА «РАВНЫЙ-РАВНОМУ»

Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск, Россия, sunny.kogan@mail.ru

Аннотация: В статье рассмотрен опыт участия студентов, обучающихся по программе «Адаптивная физическая культура» в молодежном инклюзивном проекте «Равный-равному», проводимом в г.Челябинске. Несколько команд, состоящих из студентов специальности АФК и молодых людей с ограниченными возможностями здоровья готовились к сдачам норм комплекса «ГТО».

Ключевые слова: инклюзивное образование, молодежный инклюзивный проект, ограниченные возможности здоровья, равные возможности, адаптивная физическая культура, нормы комплекса ГТО.

Kogan A.L., undergraduate 2 course

REGIONAL EXPERIENCE OF IMPLEMENTATION HITTING QUALIFYING STANDARDS OF TRP COMPLEX STANDARDS FOR PEOPLE WITH LIMITED POSSIBILITIES OF HEALTH IN THE YOUTH INCLUSIVE PROJECT “PEER TO PEER”

Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk, Russia, sunny.kogan@mail.ru

Annotation: This article shows the experience of Adaptive Physical Culture students in participation in the youth inclusive project “Peer to Peer” which was carried out in Chelyabinsk. Several teams consisted of the students studying "Adaptive physical culture" and young people with disabilities in health prepared for hitting qualifying standards of TRP complex standards.

Keywords: inclusive education, youth inclusive project, limited possibilities of health, equal opportunities, adaptive physical culture, TRP complex standards.

Актуальность рассматриваемой в данной статье проблемы обусловлена множеством составляющих, основные из которых можно сформировать следующим образом: Во первых, проблемы инклюзивного образования не вызывает сомнений, так как, с одной стороны, включение людей с ограниченными возможностями здоровья не только в образовательный процесс в ВУЗе, но даже в возможность повседневного общения со здоровыми сверстниками является весьма проблематичным [1]. Во вторых, для студентов – будущих специалистов по адаптивной физической культура (АФК) для понимания своей особенностей своих «подопечных» весьма важны не только теоретические знания, но и личный опыт общения с людьми с ограниченными возможностями здоровья [2].

В этой связи в Уральском государственном университете физической культуры на кафедре спортивной медицины было организовано участие студентов в инклюзивном молодежном инклюзивном проекте «Равный равному».

Данный проект стартовал 3марта 2016 г. в Челябинске, организатором его является Челябинская региональная общественная организация молодежи с ограниченными возможностями здоровья «Наше место». Участники и партнеры проекта – Министерство образования и науки Челябинской области, Управление молодежной политики, Министерство социальных отношений Челябинской области, Уральский государственный университет физической культеры и др.

Несколько сотен молодых людей с разными физическими возможностями объединились, чтобы вместе начать создавать мир, в котором нет границ, насытить новыми событиями и открытиями жизнь молодых ребят с инвалидностью. Как отмечает Мария Дусмухаметова, автор и член оргкомитета молодежного инклюзивного проекта «Равный равному», «Идея проекта заключается в том, чтобы изменить существующие стереотипы в обществе в отношении молодых людей с инвалидностью и привлечь внимание к их скрытому потенциалу и безграничным ресурсам».

В программе проекта предусматривалась реализация командных соревнований по специальным проектам. Студенты организуются в команды вузов и молодежи с инвалидностью по 6 направлениям: адаптивная физическая культура; краеведение и туризм; психология; журналистика; социальная реклама; перезагрузка.

Студенты факультета оздоровительных технологий и спортивной медицины, обучающиеся по программе «49.0.02 Физическая культура для лиц в отклонении в состоянии здоровья», в количестве 22 человек, приняли активное участие в проекте «адаптивная физическая культура».

На первом этапе на факультете прошла презентация проекта, где пояснили миссию проекта, особенности участия в направлении «АФК», разрешились организационные вопросы по созданию команд и выбору капитанов, началась активная работа. На встрече лично присутствовал паралимпиец Вадим Алешкин, который стал кураторам данного направления.

Далее для участников проекта проводился двухдневный тренинг «Погружение», где студенты знакомились со своими подопечными, учились преодолевать границы общения с людьми, имеющими отклонениями в состоянии здоровья. Затем начались инклюзивные тренировки по подготовке к сдачам норм ГТО.

В июне команды сдавали нормы ГТО. Шесть команд, всего примерно 60 человек направления «Адаптивная физическая культура», сделали последний рывок на пути к победе. Ребята демонстрировали свою гибкость, выносливость и силу. В программу вошли отжимание, прыжок в длину с места, подтягивание, пресс и жим гири.

По итогам соревнований определились лучшие спортсмены в разных дисциплинах. Самыми гибкими стали Яна Брызгалова и Дарья Хромченкова; самый длинный прыжок показали Никита Сухих и Андрей Плотников; 32 раза смогла отжаться Олеся Панова; 68 раз сделать упражнение на пресс удалось Дарье Хромченковой.

Те, кто пришел поддержать спортсменов, тоже могли показать свою физическую подготовку: на стадионе можно было пострелять из лука, поиграть в боччу, одержать победу на шахматной доске, попрыгать в шесть ног, а также забить гол в товарищеском матче и покататься на лошади.

Победителей направления «Адаптивная физическая культура», награждали известные хоккеисты Валерий Ничушкин и Евгений Кузнецов.

Ниже приведены отзывы участников и организаторов проекта.

Александр Фролов: Уникальный проект, способный тронуть сердца людей, проект, расширяющий границы мира, это все – «Равный равному!». Сложный и невероятно интересный проект, вовлек множество людей в активное участие, общение, сотрудничество, подарил много нового, столько невероятных знаний, эмоций. Каждый кто прошёл через проект изменился, обрёл что-то новое, нужное ему. Данный проект не пройдёт бесследно, он определённо останется в каждом из нас.

Наталья Аникина:https://vk.com/topic-61170728_33980411?post=4 «Проект «Равный-равному» самый замечательный проект, в котором я участвовала! Направление АФК показало мне насколько сильны и целеустремлены ребята с ограниченными возможностями здоровья! Я благодарна организаторам проекта за интересные задания и весёлые конкурсы, а ещё за то, что я познакомилась с классными ребятами. Команд «Стрела" я люблю вас!».

https://vk.com/irrtisperfect

Олеся Полеся: «За пару месяцев в проекте "Равный равному" мы в направлении АФК готовились вместе с людьми с ограниченными возможностями к сдаче норм ГТО! Мы проводили много тренировок для людей с ограниченными возможностями, а также тренировались сами! Нашей целью была не только подготовка к ГТО, но и социальная интеграция таких особых людей. Я считаю, что мы справились с этими целями на все 100%! Очень рада, что познакомилась со многими людьми и просто отлично провела эти несколько месяцев с нашей командой "Джедаи". Приятно, когда ты можешь кому-то помочь и обрадовать, и когда это возвращается тебе! Спасибо Вам всем большое! Это очень хороший опыт».

Дмитрий Васенин: «Этот проект просто вышка! Спасибо организаторам за такую прекрасную возможность найти новых друзей среди обычных и не обычных людей, за море новых впечатлений, за возможность почувствовать себя в роли капитана и вести свою команду к финалу.

Наиль Искаков: «Этот проект подарил мне новых друзей и отличных товарищей. Мы прекрасно провели время за занятиями спортом и другими увлечениями. Буду скучать по вам».

Иван Колосов: «Проект равный равному дал мне много положительных эмоций и неоценимый опыт. Это лучший инклюзивный проект!»

Дарья Казанцева «Вот и пролетело время на уникальном проекте Равный равному. Впечатлений море, поэтому скажу кратко: мы познакомились с замечательными (особенными) людьми, участвовали в разных соревнованиях, просто встречались своими командами. Это были замечательные моменты и они останутся надолго в памяти».

«Мы благодарны каждому, кто приложил свою руку к жизни проекта «Равный равному». Кураторам, партнерам, экспертам, и, конечно, участникам. Откликнувшись на роман-

тичную идею создания инклюзивного молодежного сообщества, где нет места стереотипам, они дошли до финала. И стали примером для своих сверстников, гордостью для своего города», - поделилась Мария Дусмухаметова , руководитель Клуба «Наше место».

С более подробной информацией, а так же с фото- и видеоматериалами проекта можно ознакомиться: 1) В социальной сети «Контакт» в группе «Факультет оздоровительных технологий УралГУФ» http//vk.com/club61170728 – об участии студентов УРалГУФК в проекте. 2) ravenstvo74.ru или набрав в интернете в поисковой строке «Равный-равному» 74 – о проекте в целом.

Библиографический список

1. Инклюзивное образование: методология, практика, технология: Материалы международной научно-практической конференции (20-22 июня 2011, Москва) /Моск.гор.психол.- пед.ун-т; Редкол.: С.В.Алехина и др. – М.: МГППУ, 2011.
2. Инклюзивное образование: практика, исследования, методология: Сборник материалов II Международной научно- практической конференции / Отв. ред. Алехина С.В. – М.: ООО «Буки Веди», 2013.

С.А. Овчинникова, магистрант

МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ПОЭТАПНОГО ВНЕДРЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО В СЕЛЬСКИЕ ШКОЛЫ

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

Аннотация: *в статье исследуется средства и методы эффективного использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности подрастающего поколения посредством комплекса ГТО в сельских школах.*

Ключевые слова: *физическое воспитание, комплекс ГТО, методические рекомендации, сельские школы, правовые документы, физическая подготовленность.*

S. Ovchinnikov, postgraduate

MODELING OF THE PHASED IMPLEMENTATION PROCESS OF THE TRP IN RURAL SCHOOLS

Tyumen state University

Abstract: this article examines the tools and techniques of effective use of the opportunities of physical culture and sports in promoting health, harmonious and comprehensive development of personality of the younger generation by means of complex TRP in the rural schools.

Key words: physical education, the TRP guidelines, rural schools, legal documents, physical fitness.

Введение. На сегодняшний день одним из актуальных вопросов остается физическое воспитание детей в учебных заведениях, так как осуществляется в процессе учебных занятий, которые проводятся в соответствии с разработанными и утвержденными положениями. Физическая культура в школьном возрасте имеет особенно большое значение для формирования необходимых в жизни двигательных умений, навыков, овладения основами их практического использования в разнообразных условиях двигательной деятельности. Как показал анализ литературы, содержание общего физкультурного образования, двигательного режима школьников убедительно свидетельствуют о недостаточном удовлетворении этих потребностей.

С одной стороны в век информационных технологий на сегодняшний день нет рациональных форм контроля и управления за физическим состоянием школьников, с другой стороны ухудшение качества жизни негативно влияют на развитие подрастающего поколения. Необходимость поиска новых форм контроля и управления, а также дополнительных средств и методов физического воспитания в системе образования является главной задачей.

Предпосылки к исследованию. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс является программно - нормативной основой физического воспитания общеобразовательных учреждений Российской Федерации, направленный на повышение уровня физической подготовленности обучающихся, устанавливающий перечень знаний, умений, навыков каждого школьника.

Хронологические рамки исследования. На первом этапе исследования (сентябрь – декабрь 2014г.) была изучена история и теория вопроса, был проведен анализ научно-методической литературы, контент – анализ и анализ документальных источников.

На втором этапе исследования (январь – декабрь 2015г.) было проведено социологическое исследование, на основании полученных результатов исследования были разработаны методические рекомендации поэтапного внедрения комплекса ГТО в сельских школах, далее был проведен педагогический эксперимент у школьников муниципальных образований Свердловской и Тюменской областей.

На третьем этапе исследования (январь – май 2016г) была проведена систематизация и обобщение основных результатов исследования, сформулированы выводы, что позволило нам полностью оформить магистерскую диссертационную работу.

Методологической основой исследования является работы ученых В.Н. Зуев, С.Н. Комаров, И.Ф. Прусаков, Н.В. Титушина, Л.А. Парфенова, рассмотрены основы физического воспитания такими авторами как, Н.Е. Калинина, А.Ю. Качановский, Г.В. Корсаков, Ю.Ф. Курамшин, Л.А. Семенов, основы патриотического воспитания были изучены такими авторами как, А.К. Быков, Д.В. Головенко, П.А. Мухаметов, в исследовании также были изучены нормативно-правовые документы, касающиеся появления и становления ГТО.

Организация и результаты исследования. На современном этапе нормативно – правовая база в РФ, а также в Свердловской и Тюменской областях, способствующая созданию и развитию комплекса ГТО, находится на достаточно высоком уровне, так как включает большое количество мероприятий, направленных на развитие движения ГТО (таблица 1). На сегодняшний день разработаны и утверждены мероприятия по выполнению нормативов комплекса ГТО среди всех слоев населения. Для обучающихся и трудящихся созданы мотивирующие условия для выполнения нормативов ГТО. Также в нормативных документах можно найти в доступной форме подробное описание всех испытаний и методические рекомендации по успешному проведению тестирования.

В ходе исследования мы использовали метод интернет опроса. Опрос проходил с помощью бесплатной системы для проведения интернет опросов LimeSurve, данная система предлагает пользователям быстро и легко создавать свои опросы в интернете без каких-либо ограничений, в которых могут принимать участие тысячи респондентов без особых усилий. В период с сентября 2014 года по май 2016 в проведенном нами социологическом

исследовании методом интернет опроса было задействовано свыше 270 человек. Нас интересовал вопрос об уровне знаний про комплекс ГТО среди учащейся молодежи, а также степень распространенности комплекса на сегодняшний день. На сегодняшний день комплекс ГТО широко распространен среди учащейся молодежи, об этом свидетельствует проведенный нами интернет опрос. Так, практически все опрошенные знают, что такое ГТО и БГТО, 80% исследуемых школьников положительно относятся к возрождению ГТО и считают, что он помогает добиваться поставленных целей в дальнейшем.

Таблица 1

Нормативно-правовая база способствующая созданию и развитию комплекса ГТО

Дата	Содержание
24.03. 2014 г.	Указ президента РФ №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»
11.07. 2014г.	Постановление Правительства Российской Федерации № 540 «Об утверждении положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»
08 .07. 2014 г.	Приказ Министерства спорта Российской Федерации № 575 «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
09 .07.2014 г.	Приказ Министерства спорта Российской Федерации № 574/1 «Об утверждении списка субъектов Российской Федерации, осуществляющих организационно-экспериментальную апробацию внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
19 .08.2014 г.	Приказ Министерства спорта Российской Федерации № 705 «Об утверждении образца и описания знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
05 .10. 2015 г.	Закон президента РФ № 254 «О внесении изменений в ФЗ «О Физической культуре и спорту в РФ»
28.01.2016г.	Приказ Министерства спорта Российской Федерации № 54 «Об утверждении Порядка организации и проведения тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

Также мы выяснили, что большинство респондентов успели пройти тестирование, среди них у 33% бронзовый значок, у 21% золотой значок, у 18% серебряный значок, а вот 23% не смогли выполнить норматив на получения значка отличия, таким образом, уровень физической подготовленности современного школьника можно отнести к среднему. С помощью опроса было установлено, что поощрение в качестве мотивации привлечет людей в большем количестве к сдаче ГТО. Также мы выяснили, что лучшим поощрением для учащейся молодежи будет материальное вознаграждение. В большей степени нас интересовало мнение молодежи о том, какие дополнительные формы проведения мероприятий ГТО стоит добавить, большинство респондентов хотели бы принимать участие в соревнованиях между школами.

Благодаря проведенному нами исследованию нам удалось выделить модель поэтапного внедрения комплекса ГТО в общеобразовательные учреждения (рисунок 1).

Данная модель включает в себя нормативно – правовую базу ГТО, разработанный и утвержденный комплекс нормативы ГТО, методические рекомендации по организации тестирования населения, центр тестирования по месту жительства, регионального оператора комплекса ГТО, учетную карточку выполнения государственных требований ВФСК ГТО, автоматизированную информационную систему комплекса ГТО, а также зимние и летние фестивали Комплекса ГТО среди всех категорий населения.

В методические рекомендации поэтапного внедрения комплекса ГТО в сельские школы было включено планирование годовое распределение сетки часов по рабочей программе физического воспитания для 11 классов. В таблице 2 представлено годовое распределение сетки часов по рабочей программе физического воспитания для 11 классов, которая

составлена на основе ГОС 2004г, примерной программы среднего (полного) общего образования по физической культуре и комплексной программы «Физическое воспитание 1-11» для контрольной группы и предложенное нами годового распределения сетки часов для 11 классов экспериментальной группы. Благодаря анализу методических рекомендаций по организации тестирования населения нами были предложены рекомендации для проведения контроля уровня физической подготовленности посредством проведения соревнований ГТО среди классов и школ.

Для выявления эффективности предложенных нами методических рекомендаций поэтапного внедрения комплекса ГТО в сельских школах, мы провели сравнительный анализ результатов тестирования физической подготовленности школьников контрольной и экспериментальной группы в конце экспериментальной работы. Изучение физической подготовленности было проведено у школьников 11 классов. В исследовании приняло участие в общей сложности 96 школьников, из них 48 человек (24 –юноши, 24 – девушки) в возрасте 16-17 лет, учащиеся Нижнетавдинской СОШ Тюменской области (экспериментальная группа) и 48 человек (24 –юноши, 24 – девушки) в возрасте 16-17 лет, учащиеся Юшалинской СОШ №25. П.Юшала Тугулымский ГО Свердловской области (контрольная группа). На рисунке 9 представлен сравнительный анализ результатов тестирования ГТО юношей экспериментальной и контрольной группы в конце экспериментальной работы.

Таблица 2

Годовое распределение сетки часов на разделы по рабочей программе физического воспитания в 11 классах

Разделы рабочей программы	Количество часов	
	КГ	ЭГ
Основы знаний о физкультурной деятельности	4	3
Соблюдение мер безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой	2	2
Способы физической деятельности с общеприкладной направленностью		
Развитие способностей физических качеств		
- Скорость	5	4
- Сила	5	4
- Выносливость	10	7
- Координация	5	4
- Гибкость	3	2
-Скоростно-силовые	5	4
Итого по разделу двигательных способностей:	39	30
Способы физкультурной деятельности с общеприкладной и спортивной направленностью:		
- Гимнастика, акробатика	7	8
- Футбол	8	8
- Баскетбол	9	9
- Волейбол	7	8
- Лёгкая атлетика	7	8
- Лыжные гонки	7	8
Вариативная часть:		
- Лёгкая атлетика	6	6
-Волейбол	4	4
- Футбол	3	3
- Баскетбол	2	2
-Контроль уровня физической подготовленности	5	-
Соревнования ГТО среди классов	-	4

Разделы рабочей программы	Количество часов	
	КГ	ЭГ
Соревнования ГТО среди школ	-	4
- Подведение итогов учебного года	1	1
ИТОГО:	66	75
ВСЕГО:	105	105

Как мы можем видеть на диаграмме 9 у юношей экспериментальной группы прирост показателей во всех испытаниях тестирования ГТО выше, чем у юношей контрольной группы. Так, в испытании «Бег на лыжах 5км.» у школьников ЭГ показатель лучше 1,73 сек., в тесте «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами» результат выше у юношей ЭГ на 4,9 см., чем у юношей КГ, на 0,21 см. лучше показатель в тестировании «Наклон вперед из положения стоя гимнастической скамье» также у школьников ЭГ, в испытании «Подтягивание из виса лежа на высокой (низкой) перекладине» на 0,5, в «Поднимание туловища из положения лежа на спине» всего на 0,1 результат выше у юношей ЭГ, в тесте «Бег 100м.» показатель лучше у школьников ЭГ, чем у КГ на 1,7 сек, в тестировании «Бег 2км.» на 1 сек. И в последнее тесте «Стрельба из пневматической винтовки» показатель также выше у юношей ЭГ на 0,7. Также у девушек экспериментальной группы наблюдается больший прирост показателей во всех испытаниях тестирования ГТО, чем у девушек контрольной группы. В испытании «Бег на лыжах 5км.» у школьниц ЭГ показатель лучше 2,2 сек., в тесте «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами» результат выше у девушек ЭГ на 3,1 см., чем у КГ, на 0,2 см. лучше показатель в тестировании «Наклон вперед из положения стоя гимнастической скамье» также у школьниц ЭГ, в испытании «Подтягивание из виса лежа на высокой (низкой) перекладине» на 0,7, в «Поднимание туловища из положения лежа на спине» на 0,4 результат выше также у девушек ЭГ, в тесте «Бег 100м.» показатель лучше у школьниц ЭГ, чем у КГ всего на 0,2 сек., в тестировании «Бег 2км.» на 1,8 сек. И в последнее тесте «Стрельба из пневматической винтовки» показатель также выше у девушек ЭГ на 3,3.

М**ы полагаем, что представленные в статье материалы позволяют сделать следующие выводы**:

- для обучающихся и трудящихся созданы мотивирующие условия для выполнения нормативов ГТО;
- в качестве дополнительных форм проведения мероприятий ГТО большинство респондентов хотели бы принимать участие в соревнованиях между школами;
- разработанные нами методические рекомендации поэтапного внедрения комплекса ГТО в сельских школах в большей степени способствуют повышению эффективности физического воспитания, так как у школьников экспериментальной группы уровень физической подготовленности выше, чем у учащихся контрольной группы, об это свидетельствуют полученные результаты проведанной нами экспериментальной работы.

Литература:

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы / Н. В. Паршиков [и др.]. – Москва: Советский спорт, 2014. – 60 с.

2. Деканова Е.А. Динамика изменений структуры и тестовых испытаний физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» с 1931 по 2014гг. // Научное сообщество студентов XXI столетия. ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ: сб. ст. по мат. XXXIV междунар. студ. науч.-практ. конф. № 7(34) – Омск. – 2014.

3. Енченко И.В. Эволюция комплекса «готов к труду и обороне» // Наука и спорт: современные тенденции. – 2014. – №4. – С.45 – 51.

4. Зуев, В. Н. О конверсии правового вектора в комплексе ГТО для синергетического эффекта отраслевой государственной идеологии 1931-2015 гг. / В. Н. Зуев, П. Г. Смирнов // Теория и практика физической культуры. - 2016. - № 5. - С. 46-49.

5. Зуев В. Н. Полифункциональные правовые отраслевые особенности советского периода для стратегического управления на современном этапе / В. Н. Зуев, В. В. Насонов, Ж. В. Жевнерова // Образовательная среда сегодня: стратегии развития : материалы II Междунар. науч.–практ. конф. (Чебоксары, 5 июня 2015 г.) / редкол.: О. Н. Широков [и др.]. — Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. — № 1 (2). — С. 429–431.

6. Калинина Н.Е. Российская система физического воспитания : прошлое, настоящее и будущее / Н. Е. Калинина, В. С. Якимович, М. Н. Жегалова // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. - 2014. - № 5. - С. 54-60.

7. Комплекс ГТО в XXI веке. Оценка физической подготовленности учащихся по результатам выполнения нормативов комплекса "Готов к труду и защите Отечества" в 2008-2010 гг. / В. А. Кабачков [и др.] // Вестник спортивной науки. - 2010. - № 2. - С. 47-50.

8. Курашвили В. А. Комплекс ГТО // Вестник спортивных инноваций. – 2013. – №46. – С.4 – 5.

9. Курамшин Ю. Ф. Становление и развитие программно-нормативных основ вузовского физического воспитания в 20-40 годы XX века / Ю. Ф. Курамшин // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. - 2014. - № 4. - С. 67-71.

10. Парфенова Л.А. Предложения по совершенствованию нормативно-тестирующей части комплекса ГТО / Л. А. Парфенова, Г. А. Гордеева // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. - 2014. - № 9. - С. 114-119.

11. Погадаева, А. Я. Внедрение ВФСК ГТО в сельском муниципальном образовании / А. Я. Погадаева, Н. Г. Проскурякова // Теория и практика физической культуры. - 2016. - № 6. - С. 17.

II.
ОБРАЗОВАНИЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ: СТАНДАРТЫ И СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ И ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

УДК 796.011.1

И.В. Манжелей, д-р пед. наук, профессор

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СТУДЕНТОВ: СРЕДОВЫЙ ПОДХОД

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, mangeley60@mail.ru

Аннотация. *В статье рассмотрена проблема реализации обновленных стандартов высшего образования элективной среды физического воспитания. Предложена модель элективной среды физического воспитания. Описаны ее специфические особенности и условия построения на практике.*

Ключевые слова. *Физкультурные компетенции, элективная среда физического воспитания, элективные курсы, интеграцияи формирования физкультурных компетенций у студентов через построение в вузе, информатизация, дифференциация, кластерно-сетевая организация.*

I.V. Mangeley, the doctor of pedagogical sciences, professor

FORMATION OF SPORTS COMPETENCES AT STUDENTS: SREDOVY APPROACH

Tyumen State University, Tyumen, Russia, mangeley60@mail.ru

Abstract. *In article the sales problem of updated standards of the higher education and forming of sports competences at students through creation in higher education institution of the elective environment of physical training is considered. The model of the elective environment of physical training is offered. Its specific features and conditions of creation in practice are described.*

Keywords. *Sports competences, elective environment of physical training, elective courses, integration, informatization, differentiation, cluster and network organization.*

Актуальность. Прошло уже более четверти века с тех пор как начались реформы в системе российского образования в русле компетентностного подхода [3]. Отрадно, что большинство россиян осознали смену установки «образование на всю жизнь» на «образование через всю жизнь», которая продиктована потребностью информационной эпохи в постоянном развитии и саморазвитии духовного и физического потенциала человека. Кроме того, на уровне общественного сознания пришло понимание важности проблемы формирования здоровья и физкультурных компетенций у детей и молодежи.

Сегодня в учебных планах образовательных программ (ОП) высшей школы, актуализированных в 2015 году стандартов третьего поколения (ФГОС ВО), дисциплина «Физическая культура» разделена на две части. В базовой части ОП ей отведено 72 часа (2 зачетные единицы), в вариативной – рекомендовано не менее 328 часов реализовать в виде элективного курса. Общекультурные компетенции, которые должны формироваться у бакалавров в процессе освоения дисциплины «Физическая культура» унифицированы для всех направлений подготовки и имеют контурный формат, методические рекомендации и примерные программы по дисциплине отсутствуют.

Актуальность нашего исследования обусловлена тем, что педагоги физического воспитания, воспитанные в лучших традициях советской школы, успешно работающие по программам и инструкциям, испытывают сегодня серьезные трудности в проектировании вариативного учебного процесса.

Целью нашего исследования стало построение в образовательном учреждении среды физического воспитания, способствующей формированию у студентов физкультурной компетентности.

Результаты исследования и их обсуждение. *Средовый подход* в физическом воспитании мы рассматриваем как способ построения учебно-воспитательного процесса, при котором акценты в деятельности преподавателя смещаются с активного воздействия на личность студента в область построения физкультурно-спортивной среды образовательного учреждения [6]. В *методологическом* плане средовый подход базируется, во-первых, на теории возможностей Дж. Гибсона [7], отмечающей активное начало субъекта, осваивающего свою жизненную среду («экологический мир»); во-вторых, на эко-бихевиоральных исследованиях Р. Баркера и Виллемса [7], обосновавших существование «поведенческих сеттингов», опосредующих поведение человека в зависимости от физического и социального окружения; в-третьих, на теории и практике развивающего обучения, исходной позицией которых является гипотеза Л.С. Выготского о динамическом соотношении процессов обучения и развития.

Семантическим ядром средового подхода в физическом воспитании является вариативная *физкультурно-спортивная деятельность*, которая с одной стороны функционирует в рамках поведенческих сеттингов согласно специфике физического окружения (спортплощадки, корты, мячи, сетки и др.) и регламентирована правилами видов спорта, регулирующими поведение ее участников, а с другой – предоставляет спектр возможностей для добровольного выбора субъектами видов двигательной деятельности, места, режима занятий и социального окружения в зависимости от физкультурно-спортивных потребностей, является мощным воспитательным средством, обеспечивающим социализацию и межкультурную коммуникацию студенческой молодежи.

В последнее десятилетие реализация на практике спортизированного физического воспитания детей и молодежи, имеющего общие семантические корни со средовым подходом, довольно успешно осуществляется группой ученых во главе с В.К. Бальсевичем и Л.И. Лубышевой [2]. В работах Загревской А.И. представлен кинезиологический подход к формированию физкультурных компетенций через интеграцию физического и психического развития студентов непрофильных вузов и организацию физкультурно-спортивного образования [5].

Физкультурную компетенцию, вслед за А.В. Хуторским [8], мы понимаем как требуемую готовность личности для осуществления разного рода физкультурно-спортивной деятельности (заданное требование к образовательной подготовке бакалавра), а физкультурную компетентность – как способность реализовать эту готовность на практике (состоявшееся личностное качество – характеристика). *Физкультурная компетентность* отражает не только уровень освоенных знаний, умений и способов действий, но и направленность субъекта осуществлять активную физкультурно-спортивную деятельность, способность самостоятельно решать оздоровительные и двигательные задачи. Поэтому при формировании компетенций максимум внимания необходимо уделять формированию *личностного опыта физкультурно-спортивной деятельности студентов через* организацию в вузе различного рода практик (физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа) и физкультурно-спортивных кластеров-сред, в том числе на основе связей с социокультурной средой.

Развивая идеи о содержании информационно-образовательной среды [1,4] и с опорой на положения эко-психологического подхода [7], нами разработана и внедрена в Тюменском государственном университете модель элективной среды физического воспитания [9] (рис. 1).

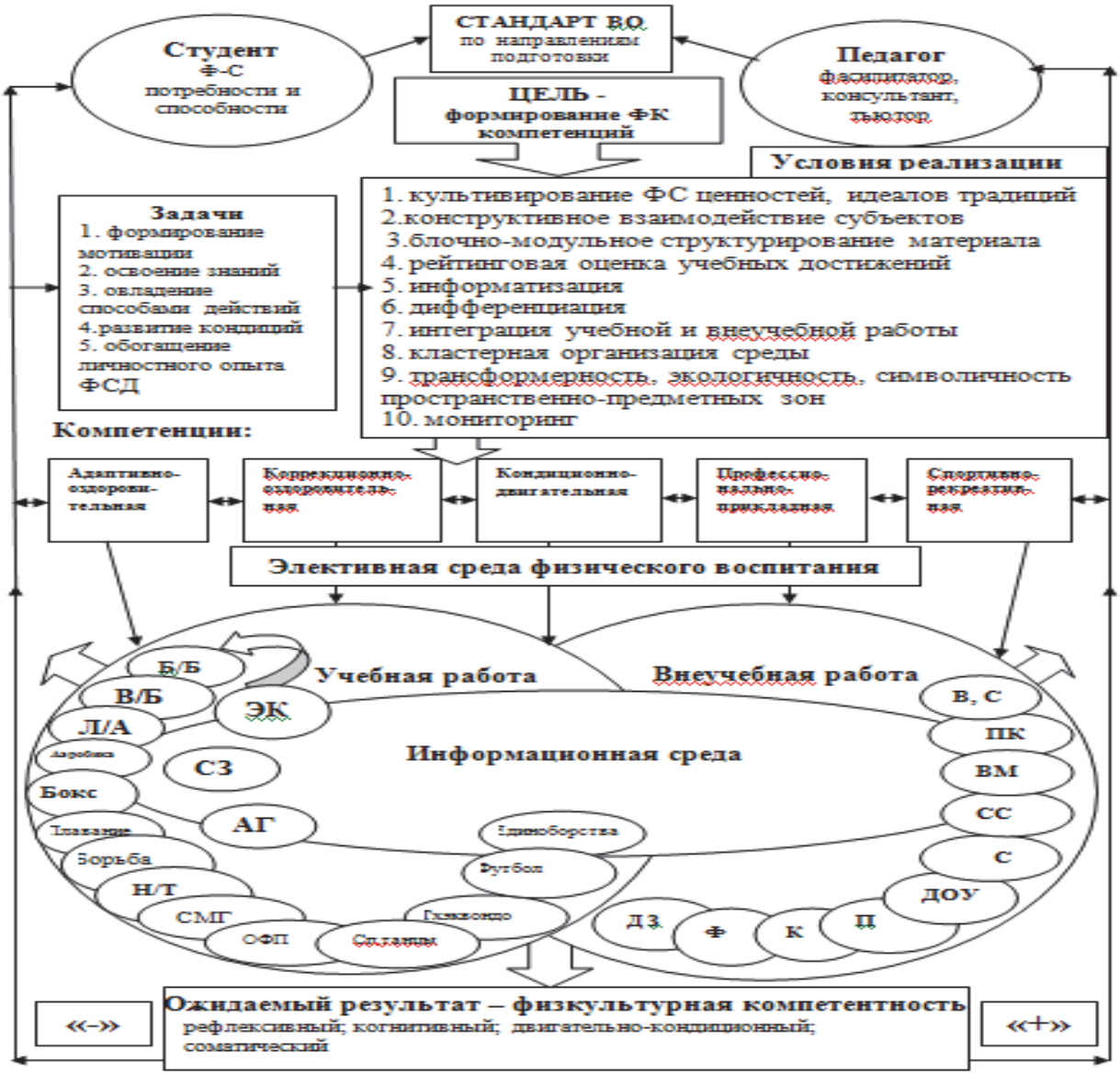


Рис.1. Модель элективной среды физического воспитания.

Под *элективной средой физического воспитания* мы понимаем совокупность благоприятных пространственно-предметных, информационно-технологических и социально-интерактивных условий и возможностей, созданных в образовательном учреждении для реализации стандартов образования и самовыражения студентов средствами физической культуры и массового спорта.

Особенностью авторской модели является содержание элективной среды физического воспитания, которая построена в соответствии с задачами учебно-воспитательного процесса и физкультурно-спортивными потребностями студентов, поэтому насыщена практико-ориентированными микросредами (оздоровительной, спортивно-ориентированной, кондиционно-развивающей, профессионально-прикладной, рекреативной, образовательной направленности), стимулирующими познавательную и двигательную активность бакалавров; показаны позиции преподавателя (тьютора, фасилитатора, консультанта); описаны обязательные *условия ее реализации*: *социально-интерактивные* (культивирование в среде физкультурно-спортивных ценностей, идеалов и традиций, конструктивное взаимодействие субъектов, широкие социальные связи); *информационно-технологические* (модульное структурирование учебного материала, рейтинговая оценка учебных достижений, информатизация, дифференциация и интеграция

учебной и внеучебной работы, мониторинг условий и результатов физического воспитания) и *пространственно-предметные* (кластерно-сетевая организация: трансформерность, экологичность, аутентичность, символичность и связность функциональных зон); обозначены показатели ожидаемых результатов (рефлексивный, когнитивный, двигательно-кондиционный, соматический).

Интеграция учебной и внеучебной работы по физическому воспитанию студентов - одно из ключевых условий реализации средового подхода достигается на основе согласования расписаний академических занятий и спортивно-массовой работы, а также введение рейтинговой оценки учебных достижений и предоставление студентам возможности заработать баллы за участие в физкультурно-спортивной жизни вуза, что существенно расширяет границы дисциплины «Физическая культура», стимулирует физкультурно-спортивную активность, позволяет формировать личностный опыт двигательной деятельности (в качестве организатора, судьи, участника и волонтера) и персонифицирует процесс физического воспитания.

Информатизация физкультурно-спортивной среды включает разработку следующих ресурсов: а) *организационно-контрольные*, ориентированные на совершенствование управления учебно-воспитательным процессом (УВП)(компьютерные программы: база данных «Мониторинг физического состояния студентов» (авторское свидетельство № 2008612389); «Информационно-аналитический комплекс ГТО» (авторское свидетельство № 2015612698)); б) *программно-информационные*, ориентированные на совершенствование содержания УВП (УМК по дисциплине «Физическая культура», программа «Университет здорового образа жизни», пособия, презентации и лекции, видеолекции и видеогимнастика, выставленные в сети); в) *обучающие*, ориентированные на дифференциацию и персонификацию УВП («Карта здоровья» и «Физкультурно-спортивное портфолио»); г) *рекламно-информационные*, ориентированные на создание позитивного отношения к физкультурно-спортивной деятельности и стимулирование физкультурно-спортивной активности студентов (рекламно-информационные блоки на страничках сайта).

Дифференциация осуществляется через выбор элективных курсов по дисциплине «Физическая культура» из 14 видов спорта и физкультурно-оздоровительной деятельности, кроме того, дозирование физической нагрузки на практических занятиях согласно уровню здоровья и физической подготовленности студентов.

В начале учебного года сведения о студентах заносятся в компьютерную «Базу данных». Студенты основной и подготовительной группы выбирают элективный курс. Студенты с ослабленным здоровьем занимаются в специальных медицинских группах и разрабатывают собственный физкультурно-образовательный маршрут с учетом диагноза заболеваний и предпочитаемого вида двигательной деятельности с помощью «Карты здоровья». Спортивно одаренные студенты занимаются в группах спортивного совершенствования и ведут «Физкультурно-спортивное портфолио» как рефлексивную карту. Для аттестации все студенты набирают рейтинговую оценку успеваемости по дисциплине (61-100 баллов), не только посещая учебные занятия, но и активно участвуя в физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой жизни вуза. Причем для зачета необходимо набрать 61 балл, а дополнительные баллы позволяют участвовать в конкурсе на лучшего студента института, который дает право на получение стипендиальных надбавок. Для студентов заочной формы обучения и института дистанционного образования для организации самостоятельной работы и аттестации создана виртуальная среда совместной работы в системе вебинаров на платформе Cisko WebEx и компьютерное тестирование на платформе Moodle.

Мониторинг результатов и условий физического воспитания позволяет своевременно вносить коррективы в содержание учебно-воспитательного процесса и его ресурсное обеспечение; расширяет возможности обратной связи в системе «педагог – студент», создает базу информации об этапном, текущем и оперативном состоянии студента для подбора адекватных методов его коррекции. Более того, отражение «реального и потребного состоя-

ния» в сознании студента побуждает молодых людей к физкультурно-спортивной активности.

Кластерно-сетевая организация пространственно-предметного компонента среды предполагает, что спортивные сооружения, рекреации и дворово-парковые зоны, приспособленные вузом для занятий физической культурой и спортом, должны соответствовать учебно-воспитательным задачам и характеристикам экологичности, аутентичности, символичности, связности и трансформерности функциональных зон.

Выводы. Таким образом, для формирования физкультурных компетенций необходимо построение в образовательном учреждении такой физкультурно-спортивной среды, которая была бы насыщена различными микросредами и стимулами, побуждающими студента к поиску собственных результатов учебной и внеучебной деятельности, была благоприятна для самовыражения его индивидуальности средствами физической культуры и массового спорта.

Специфическими особенностями элективной среды физического воспитания являются: *открытость и гибкость* (связь с другими средами и микросредами, соответствие стандартам и потребностям студентов); *кластерно-сетевая* организация (трансформерность, экологичность, аутентичность, связность функциональных зон различных кластеров); технологичность (информатизация, интеграция); *личностная ориентированность* (аксиологичность, дифференциация, индивидуализация). Эффективность формирования у студентов физкультурной компетентности обоснована повышением их физкультурно-спортивной активности (с «ниже среднего» до «среднего» уровня), мотивации занятий ($P<0,05$) и физкультурной грамотности ($P<0,001$), а также позитивной динамикой их физического состояния и физической подготовленности ($P<0,05$). Выявлено, что организация поточных занятий по элективным курсам (видам спорта) у различных институтов и направлений подготовки расширяет диапазон социальных контактов и стимулирует физкультурно-спортивную активность студентов.

Список литературы

1. Атанасян С.Л., Григорьев С.Г., Гриншкун В.В. Теоретические основы формирования информационной образовательной среды педагогического вуза // Информационная образовательная среда. Теория и практика. М.: ИСМО РАО, 2007. Вып. 2. С. 5-14.
2. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Спортивно ориентированное физическое воспитание; образовательный и социальный аспекты // Теория и практика физической культуры, 2003. № 5. С.19-22.
3. Загвязинский В.И. Общая панорама педагогического исследования по проблемам физической культуры и спорта / В.И. Загвязинский, И.В. Манжелей // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 3. – С. 3-5.
4. Кудинов В.А. Построение информационной образовательной среды вуза на основе технологий управления знаниями: автореф. дис. …д-ра пед. наук. М., 2010. 45 с.
5. Лубышева Л.И. Загревская А.И. Кинезиологический подход как методология современной спортивной науки и практики // Теория и практика физической культуры. 2015. № 12. С. 3-5.
6. Манжелей И.В. Средо-ориентированный подход в физическом воспитании студентов // Теория и практика физической культуры. 2005. № 8. С. 7-11.
7. Смит Н. Современные системы психологии / Пер. с англ.; под общ. ред. А.А. Алексеева. СПб., 2003. С. 192-208, 325-330.
8. Хуторской А.В. Компетентностный подход в обучении. Научно-методическое пособие. М.: Издательство «Эйдос», 2013. 73 с.
9. Чернякова С.Н. Формирование физкультурной компетентности бакалавров в информационно-образовательной среде вуза: автореф. дис. … канд. пед. наук: 13.00.04 / Светлана Николаевна Чернякова. – Тюмень, 2016. – 26 с.

N .N. Kolesnikova, candidate of pedagogical sciences, associate professor
N. A. Dedelyuk, k.n. physical education and sport, associate professor

FORMATION OF NEED FOR THE HEALTHY LIFESTYLE AT UNIVERSITY STUDENTS

The Polesye state university, Byelorussia, Pinsk, natalia-iul1@yandex.ru
Western European national university named after Lesya Ukrainka, Ukraine, g. Lutsk, nina-deluk@ukr.net

Abstrakt. Results of the research directed on an assessment of level of formation of culture of health and need for a healthy lifestyle of students, their valuable installations and life priorities on health issues are presented in article.
Keywords: healthy lifestyle, students, culture of health.

Due to the insufficient psycho-physical readiness of modern people interact with rapidly changing environmental conditions, a decrease in the indicators of physical development and parameters of physical performance and health status of some social groups, including students. The reasons for the increase of diseases among young people is often associated with socio-economic crisis [2, p.3]. Recently intensified attention to the healthy lifestyle of students, reflecting the concerns of society physical condition professionals, produced by the graduate school, the increase in the incidence in training, reduction of capacity in the workforce [1, p.6]. Young people do not always have the necessary knowledge and beliefs to consciously choose a certain lifestyle. Sometimes they interfere with harmful traditional and rooted in the everyday life of a family habits of behavior.

It is therefore necessary to provide young men and women favorable conditions for the selection and maintenance of such a line of conduct, a way of life that would enhance their health. A healthy lifestyle cannot be acquired once and for all at some stage in the education and personal development: it is necessary to constantly learn, he must be constantly learning, taking into account the values and life priorities of young people on issues of health, the degree of formation of requirement for a healthy lifestyle. In response to the questionnaire it was found that 76,2% of students have a positive attitude to physical culture and sports. A significant difference in opinion of boys and girls can not be traced. Physical education as a mandatory component of a healthy lifestyle, a person is considered absolutely all the respondents (100%). The basic amount of physical activity students have organized physical education classes in the mode of the educational institution. While actively engaged in physical exercise in their free time 42% of students, 38% do not regularly and 20% are not involved.

Among the factors that influence motivation for systematic physical activities defined: the desire to be physically attractive – so said 42% of respondents, the desire to have good health -39 %, and be physically ready for the upcoming professional activities – 19%. The factors hindering the access to the sports sections and independent physical exercises are.

- the lack of free time – 71%,
- the remoteness of sports facilities – 9%,
- reluctance to engage – 8,6 %, - health of 7.2%,
- a preferred sport in the city is not cultivated was 4.2%.

When assessing the significance of individual components of a healthy lifestyle, exercise put in the first place, which is 47.3 % of students; no bad habits - 45, 1 % of respondents;

7.6 percent of respondents believe the main factor of healthy lifestyle observance of rules of personal and public hygiene.

Technique N. Garkusha has allowed us to explore whether the students understand the value and importance of health, healthy lifestyle. From 54,2% of students with a high level of understanding of the value and importance of health, healthy lifestyle. It is characterized by a conscious attitude to their own health, maintaining a healthy lifestyle, self-purposeful mastery of practical skills of preserving and increasing health. The average level of understanding of the value and importance of health, healthy lifestyle, characterized by partial students ' understanding of the importance of

conservation, promote health and healthy lifestyles, episodic learning practical skills of preserving and increasing the health was identified in 30.3% of boys and girls. Low level - that is, the absence of pupils ' understanding of the value and importance of health, maintaining a lifestyle conducive to the development of diseases peculiar to 15.5% of respondents.

Answering the question "How do You assess the state of his health" 44% of respondents described it as good, 40% as satisfactory and 12% as poor, 4% of respondents could not give a definite answer.

Using the technique of "Index related to health," S. V. Deriabo and V. Jasvina, we have identified the values and priorities of University students on health issues.

Analysis of questionnaire data allowed to establish that in 29% of boys and girls attitude to health is highly dominant (significant). Ranking in order of importance (importance) for different life values from the list, respondents identified "health healthy" life as most important, putting it in first or second place. The average dominance is characterized by the attitude to health in 41% of the respondents. They found that for values of life a third, fourth or fifth grade.

Low-dominance related to health characteristic of 30% of the respondents. They took him only the sixth or seventh position. So, the survey has allowed to establish:

- the majority (76.2%) of students have a positive attitude to physical culture and sports,
- the basic amount of daily physical activity period students have organized physical education classes in the regime of educational institutions,
- the main motives for physical culture lessons in student age are conscious of the desire to preserve and improve the health and harmonious physical development. less significant for the students was the desire to be physically ready for the upcoming professional activities
- at formation of positive attitude to physical culture factors affecting the social essence of man (the influence of the teacher, friends, parents) play a significant role in this age do not play, - the majority (54.2 per cent) of students have a high level of understanding of the value and importance of health, healthy lifestyle,
- attitude to health the greater part of the students (41%) is characterized by the average dominance.

References

1. Vilenskiy, M. Y. Physical culture and healthy lifestyle of students / M. Y. Vilensky, A. T. pots.- M: KNORUS, 2012. - 240 p.

2. Zaitsev, G. K. Paleologo-pedagogical basis for the protection of human health in the education system: thesis. Diss. ... doctor. PED. Sciences. / G. K. Zaitsev, St. Petersburg., 1998. - 48 p.

УДК 796.035

Н.Н. Колесникова, к.п.н., доцент
Н.А. Деделюк, к.п.н. физического воспитания и спорта, доцент

СФОРМИРОВАННОСТЬ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

Полесский государственный университет, Беларусь, г. Пинск, natalia-iul1@yandex.ru
Западноевропейский национальный университет имени Леси Украинки, Украина,г. Луцк, nina-deluk@ukr.net

Аннотация. В статье представлены результаты исследования, направленного на оценку уровня сформированности культуры здоровья и потребности в здоровом образе жизни студентов, их ценностных установок и жизненных приоритетов по вопросам здоровья.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, студенты, культура здоровья.

N .N. Kolesnikova, candidate of pedagogical sciences, associate professor
N. A. Dedelyuk, k.n. physical education and sport, associate professor

FORMATION OF NEED FOR THE HEALTHY LIFESTYLE AT UNIVERSITY STUDENTS

The Polesye state university, Byelorussia, Pinsk, natalia-iul1@yandex.ru
Western European national university named after Lesya Ukrainka, Ukraine, g. Lutsk, nina-deluk@ukr.net

Abstrakt. Results of the research directed on an assessment of level of formation of culture of health and need for a healthy lifestyle of students, their valuable installations and life priorities on health issues are presented in article.

Keywords: healthy lifestyle, students, culture of health.

Из-за недостаточной психофизической готовности современного человека к взаимодействию с резко меняющимися условиями окружающей среды наблюдается снижение показателей физического развития, параметров физической работоспособности и состояния здоровья у некоторых социальных групп населения, в том числе студенческой молодежи. Также причины увеличения заболеваний среди молодежи часто связывают с социально-экономическим кризисом [2, с.3].

В последнее время активизировалось внимание к здоровому образу жизни студентов, что отражает озабоченность общества физическим состоянием специалистов, выпускаемых высшей школой, ростом заболеваемости в процессе профессиональной подготовки, снижением дееспособности в трудовой сфере [1, с.6]. Молодые люди не всегда располагают необходимыми знаниями и убеждениями, чтобы осознанно выбирать определенный образ жизни. Иногда им мешают вредные традиции и укоренившиеся в быту той или иной семьи привычки поведения.

Поэтому необходимо обеспечить юношам и девушкам благоприятные условия для выбора и поддержания такой линии поведения, такого образа жизни, которые бы способствовали укреплению их здоровья. Здоровый образ жизни нельзя приобрести раз и навсегда на каком-то этапе воспитания и развития личности: ему надо постоянно учиться, ему надо постоянно учить, учитывая при этом ценностные установки и жизненные приоритеты молодежи по вопросам здоровья, степень сформированности потребности в здоровом образе жизни.

В результате анкетного опроса было установлено, что 76, 2 % студентов положительно относятся к занятиям физической культурой и спортом. Существенной разницы во мнении девушек и юношей не прослеживается. Физическую культуру, как обязательную составляющую здорового образа жизни человека считают абсолютно все опрошенные (100 %). Основной объем двигательной активности студентов приходится на организованные физкультурные занятия в режиме образовательного учреждения. При этом активно занимаются физическими упражнениями в свободное время 42 % студентов, 38 % занимаются не регулярно и 20 % не занимаются вообще

В числе факторов, обуславливающих мотивацию к систематическим занятиям физическими упражнениями определены: желание быть физически привлекательным – так ответили 42 % респондентов, желание иметь хорошее здоровье –39 %, и быть физически готовым к предстоящей профессиональной деятельности – 19 %.

К факторам, препятствующим посещению спортивных секций и самостоятельным занятиям физическими упражнениями относятся (рисунок 1).

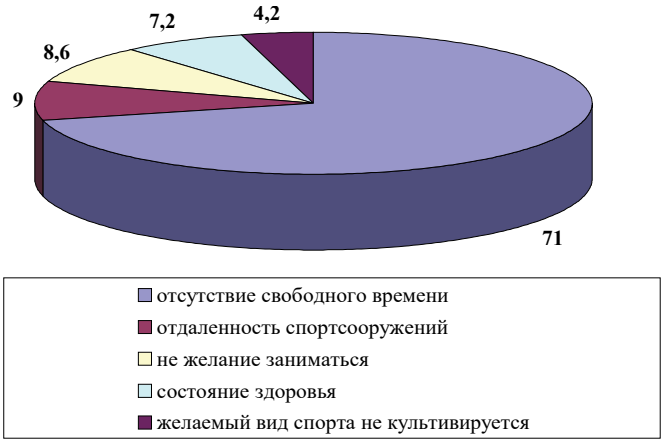


Рис. 1. Факторы, препятствующим систематическим занятиям физическими упражнениями

- отсутствие свободного времени – 71 %;
- отдаленность спортивных сооружений – 9 %;
- нежелание заниматься – 8,6 %;
- состояние здоровья – 7,2 %;
- предпочитаемый вид спорта в городе не культивируется – 4,2 %.

При оценке значимости отдельных составляющих здорового образа жизни, занятия физическими упражнениями поставили на первое место 47,3 % студентов; отсутствие вредных привычек - 45, 1 % опрошенных; 7,6 % респондентов считают главным фактором ЗОЖ соблюдение правил личной и общественной гигиены.

Методика Н.С. Гаркуши позволила нам исследовать наличие у студентов понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни (рисунок 2).

У 54,2% студентов высокий уровень понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни. Его характеризуют: осознанное отношение к собственному здоровью; ведение здорового образа жизни; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Средний уровень понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни, характеризующийся частичным пониманием школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни, эпизодическим овладением практическими навыками сохранения и преумножения здоровья определен у 30,3% юношей и девушек.

Низкий уровень - то есть отсутствие у школьников понимания ценности и значимости здоровья, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней свойственен 15,5% респондентов.

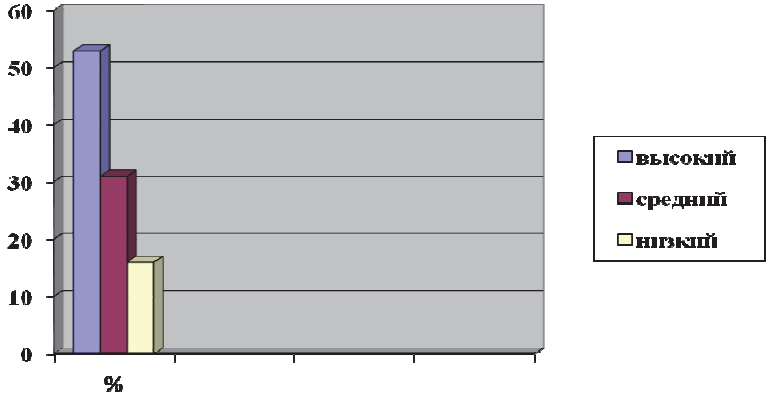


Рисунок 2 – Уровни понимания студентами ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни, %

Отвечая на вопрос «Как Вы оцениваете состояние своего здоровья», 44% респондентов охарактеризовали его как хорошее, 40% - как удовлетворительное, 12% - как плохое, 4% опрошенных затруднились дать однозначный ответ.

Используя методику «Индекс отношения к здоровью» С. Дерябо и В. Ясвина, мы выявили ценностные установки и жизненные приоритеты студентов ВУЗов по вопросам здоровья.

Анализ анкетных данных позволил установить, что у 29 % юношей и девушек отношение к здоровью является высоко доминантным (значимым). Ранжируя по степени значимости (важности) для них различные жизненные ценности из предлагаемого списка, респонденты определили «здоровье, здоровый образ» жизни как наиболее важную, поставив ее на первое или второе места.

Средней доминантностью характеризуется отношение к здоровью у 41% респондентов. Они установили для этой жизненной ценности третий, четвёртый или пятый ранг.

Низкая доминантность отношения к здоровью свойственна 30 % опрошенных. Они отвели ему лишь шестую или седьмую позиции.

Итак, проведенный опрос позволил установить:

- большинство (76,2%) студентов положительно относятся к занятиям физической культурой и спортом;
- основной объем суточной двигательной активности в период студенчества приходится на организованные физкультурные занятия в режиме образовательного учреждения;
- основными мотивами к занятиям физической культурой в студенческом возрасте являются сознательное стремление к сохранению и улучшению здоровья и гармоничному физическому развитию; менее значительным для студентов оказалось желание быть физически готовым к предстоящей профессиональной деятельности;
- при формировании положительного отношения к физической культуре факторы, затрагивающие социальную сущность человека (влияние преподавателя, товарищей, родителей) существенной роли в этом возрасте не играют;
- большинство (54,2%) студентов имеют высокий уровень понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни;
- отношение к здоровью большей части студенческой молодежи (41%) характеризуется средней доминантностью.

Библиографический список

1. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студентов / М.Я. Виленский, А.Т. Горшков.- М: КНОРУС, 2012. - 240 с.

2. Зайцев, Г.К. Валеолого-педагогические основы обеспечения здоровья человека в системе образования: автореф. дисс. … докт. пед. наук. / Г.К. Зайцев - СПб., 1998. - 48 с.

УДК 796.035

Н.Н. Колесникова, к.п.н., доцент

ИЗМЕНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ СЕМИ-ВОСЬМИ ЛЕТ ПОД ВЛИЯНИЕМ ЗАНЯТИЙ АКВААЭРОБИКОЙ

Полесский государственный университет, Беларусь, г. Пинск, natalia-iul1@yandex.ru

Аннотация. Требования, предъявляемые обществом к физической подготовленности детей, обуславливают необходимость качественного улучшения процесса физического воспитания в образовательных учреждениях, в частности, в общеобразовательных школах. Поиск нового в сфере школьной физической культуры обусловливает появление все более новых и нетрадиционных видов двигательной активности, какой и является аквааэробика.

Ключевые слова: физическая подготовленность, учащиеся первых классов, аквааэробика.

N .N. Kolesnikova, ***candidate of pedagogical sciences, associate professor***

IZMENENIE INDICATORS OF PHYSIKAL READINESS OF SCHOOLBOYS SEVEN OR EIGHT YEARS AS A RESULT WATER AEROBIRS CLASSES

The Polesye state university, Pinsk, Byelorussia, natalia-iul1@yandex.ru

Abstrakt. Requirements to be met by society to the physical fitness of children, OCU- slavlivayut need for qualitative improvement of the process of physical education in educational institutions, particularly in secondary schools. Searching for a new school in the area of physical training causes the appearance of more and more new and netrational forms of physical activity, which is the water aerobics.

Keywords: physical fitness, the students of the first classes, water aerobics.

Период детства очень важен в плане становлении двигательных функций ребенка, особенно его физических качеств. В процессе физического воспитания следует создать такие условия, в которых физические возможности ребенка-первоклассника раскроются полностью. Этому может способствовать оптимальный уровень двигательной активности, обеспечивающий соответствующий уровень физической подготовленности. Вне всяких сомнений, процесс физической подготовки младших школьников должен базироваться на четком представлении о физическом состоянии детей и его изменениях, связанных с физическими нагрузками [2, с.142].

Поиск нового в сфере школьной физической культуры обусловливает появление все более новых и нетрадиционных видов двигательной активности, особой популярностью среди которых пользуется аэробика, в том числе и аквааэробика.

Аквааэробика (аквабилдинг) довольно новая форма физической активности в воде, где успешно решается ряд оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Разнообразие, постоянное обновление логически выстроенных программ, высокий эмоциональный фон занятий позволяют этому виду физических упражнений на протяжении многих лет удерживать высокий рейтинг [1, с. 185]. Тем не менее, научно обоснованных данных, доказывающих эффективности воздействия аквааэробики на организм детей семи – восьми лет, в частности, на их физическую подготовленность, недостаточно.

С целью оценки эффективности использования аквааэробики в физическом воспитании младших школьников был проведен педагогический эксперимент. Из учащихся первых классов были сформированы экспериментальная (Э) и контрольная (К) группы. В экспериментальную группу вошли школьники семи - восьми лет, изъявившие желание заниматься аквааэробикой. Занятия, продолжительностью 45 минут проводились согласно расписанию два раза в неделю. Контрольная группа состояла из их сверстников, посещавших занятия различных спортивных кружков, организованных в школе с аналогичной продолжительностью и частотой занятий в недельном цикле.

С целью оценки эффективности аквааэробики как средства улучшения показателей физических качеств детей семи - восьми лет, в начале и в конце экспериментального периода было проведено тестирование физической подготовленности занимающихся. Физическая подготовленность учащихся семи - восьми лет оценивалась нами по результатам силы, ловкости, скоростно - силовых способностей (таблица 1).

Занятия аквааэробикой предполагали выполнение умеренных по интенсивности физических упражнений в воде под музыку, комплексы которых являлись их основной структурной единицей занятий.

Таблица 1 – Показатели физической подготовленности школьников контрольной и экспериментальной групп в начале педагогического эксперимента

Контрольно-педагогические испытания	Группы	Показатели	
		X ± m	P
Челночный бег 3х5 м, с	КГ	8,08±0,69	> 0,05
	ЭГ	8,12±0,71	

Метание теннисного мяча с места (Р=58,5 г), м:	КГ	5,64±0,52	> 0,05
	ЭГ	5,72±0,55	
Динамометрия, кг: - правой кисти	КГ	9,2±0,83	> 0,05
	ЭГ	9,3±0,86	
- левой кисти	КГ	8,7±0,85	> 0,05
	ЭГ	8,67±0,79	
Прыжок в длину с места, см	КГ	115±2,8	> 0,05
	ЭГ	115±2,8	
Статическое равновесие, с:	КГ	4,80±0,41	> 0,05
	ЭГ	4,60±0,40	

Содержание занятий определялось:

- возрастом детей (семь восемь лет), благоприятным для развития основных физических качеств;
- выбором упражнений простых в двигательном отношении;
- сюжетным характером и тренирующей направленностью занятий.

Как при разучивании, так и при выполнении комплекса использовались игровые организационно-методические приемы. При проведении занятий применялись фронтальный и групповой методы организации занимающихся. Моторная плотность занятия, в зависимости от его типа, составляла 60-62% при разучивании комплекса и 88-90% в тренировочный период. Средний уровень ЧСС в течение занятия был равен 154 удара в минуту. Открытые (отчетные) занятия, с приглашением родителей и администрации школы проводились в виде праздников с элементами аквааэробики, чему предшествовала подготовка детей к участию в них по специально разработанным сценариям.

Анализ результатов исходного и конечного тестирования физической подготовленности испытуемых обеих групп свидетельствует, что более существенные (Р<0,05 - Р<0,01) приросты ловкости, силы, скоростно - силовых способностей, произошли у школьников семи - восьми лет, в течение шести месяцев систематически занимавшихся аквааэробикой (таблица 2).

Следовательно, аквааэробику целесообразно использовать в физическом воспитании учащихся начальных классов с целью улучшения показателей физического состояния школьников семи - восьми лет

Динамика показателей физической подготовленности испытуемых свидетельствует о том, что более существенные (Р<0,05 - Р<0,01) приросты

Таблица 2 – Показатели физической подготовленности детей контрольной и экспериментальной групп после эксперимента

Контрольно-педагогические испытания	Группы	Показатели	
		X ± m	P
Челночный бег 3х5 м, с	КГ	7,04±0,17	< 0,05
	ЭГ	5,97±0,11	
Метание теннисного мяча с места (Р=58,5 г), м:	КГ	6,76±0,23	< 0,01
	ЭГ	8,11±0,21	
Динамометрия, кг: - правой кисти	КГ	10,61±0,11	< 0,05
	ЭГ	11,41±0,12	

- левой кисти	КГ	9,61±0,13	< 0,05
	ЭГ	10,38±0,14	
Прыжок в длину с места, см	КГ	120±2,5	< 0,01
	ЭГ	125±2,2	
Статическое равновесие, с	КГ	41,49±3,80	< 0,05
	ЭГ	47,10±3,64	

ловкости, силы, скоростно - силовых способностей, произошли у школьников.семи - восьми лет, занимавшихся в экспериментальной группе по сравнению с их сверстниками из контрольной группы.

Библиографический список

1. Васильева, А.В. Гидроаэробика для детей 7-12 лет / А.В. Васильева, М.Г. Шибалкина // Научные исследования и разработки в спорте: Вестник аспирантуры.- СПб: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1998.- С. 184 - 188.

2. Лимаренко, О.В., Комплексный контроль физического состояния детей и подростков как один из критериев качества физкультурного образования / О.В. Лимаренко, А.В. Гришин // Ветник ЮУРГУ «Образование, здравоохранение, физическая культура». - Челябинск, 2005. –№ 4. - С. 141 - 151.

УДК 37.012.85

Власов Г.В., к.п.н.

ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Московский Государственный Технический Университет имени Н.Э. Баумана, vlasovg@mail.ru

Аннотация. *Власов Г. В. обоснование здорового образа жизни студентов вуза средствами физического воспитания. Проблемы сохранения и укрепления здоровья студентов в высших учебных заведениях. Установлено, что до сих пор нет научных доказательств целесообразности формирования здорового образа жизни студентов средствами физического воспитания. Эксперимент, в котором приняли участие 301 студент. Полученные данные были подвергнуты корреляционному и факторному анализу. Взаимосвязь между параметрами формирования здорового образа жизни и физического здоровья пациентов. Было установлено, что наиболее эффективным средством физического воспитания, которые способствуют формированию здорового образа жизни студентов, упражнения для улучшения физической подготовки и развития скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.*

Ключевые слова. *Здоровье, образ, жизни, целесообразность, эффективность, средства, анализ, факторы, упражнения, развитие, способности, подготовленность, связь.*

Vlasov G. V.

HEALTH-FORMING TECHNOLOGIES IN THE FORMING OF HEALTHY LIFESTYLE OF STUDENTS

Moscow State Technical University named after N. Uh. Bauman. vlasovg@mail.ru

Annotation. *Vlasov G. V. substantiation of a healthy lifestyle of University students by means of physical education. Problems of preservation and strengthening of health of students in higher educational institutions. It is established that there is still no scientific evidence of the feasibility of formation of healthy lifestyle of students by means of physical education. The experiment, which was attended by 301 students. The data obtained were subjected to correlation and factor analysis. The relationship between parameters of formation of healthy lifestyle and physical health of patients. It was found that the most effective means of physical education that contribute to healthy lifestyles of students, exercises to improve their physical fitness and development of high-speed, speed-power and coordination abilities.*

Key words. *Health, style, life, appropriateness, effectiveness, resources.*

Постановка проблемы, анализ последних исследований и публикаций.

Современная постиндустриальная эпоха, в которой человечество явным образом находится уже два десятилетия, существенно меняет требования к традиционной индустриальной педагогике высшей школы.

Одним из основных заданий современного образования есть обеспечение здоровья молодежи в условиях мира, который меняется. Приоритетной задачам системы образования в процессе профессиональной подготовки есть обучение человека ответственному и ценностному отношению к собственному здоровью и здоровью окружающих как к наивысшей индивидуальной, а также общественной ценности [3]. Постепенный переход к инновационным формам обучения, в которых все меньше времени отводится практическим занятиям по физическому воспитанию в частности, создал предпосылки к пересмотру вопроса о том, что и как преподавать на протяжении ограниченного во времени и ресурсах учебного занятия/курса с помощью экспертного метода.

Ведущим ученым по философии к настоящему времени удалось выявить основные принципы функционирования обсуждаемой «структуры ПРЕДМЕТА», позволяющей объединять этапы формирования понятий, суждения и умозаключения в рамках единой контекстно-зависимой целостности (И.С. Алексейчук, 2015). Для педагогики здесь важно то, что упомянутые работы позволяют прогнозировать свойства нового учебника постиндустриальной эпохи. Автор обозначил, в чём будут состоять существенные отличия этого учебника от традиционного, индустриального. Прежде всего, это будет саморазвивающийся и многоуровневый проект (подобно Википедии и CRM-системам). Следует отметить, что такой новый учебник структурно будет подобен кристаллу, растущему в насыщенном растворе, т.е. он будет представлять собой упорядоченную структуру, сосуществующую с хаосом. Свойства хаотичности будут характерны не только для учащихся, но и для авторов-преподавателей (их состав может меняться со временем, так же как их качество и авторские права). Но именно структура предмета сможет выступить своеобразным смысловым дирижером и позволить авторам сконцентрировать усилия для создания одного высококачественного проекта вместо множества низкокачественных.

Неизбежно возникнут вопросы об общих и конкретных целях такого процесса обучения [1;4;5], а также умениях и навыках, которые он формирует у учащихся. Удалось описать и это, вплоть до универсальных навыков — элементов любых умственных умений. В координатах «абстрактное — конкретное» эти навыки расположены следующим образом: сравнение, анализ, абстрагирование, синтез, обобщение, экстраполяция — интерполяция, поиск причинно-следственных либо случайно-закономерных границ, прогнозирование, суждение — конкретизация и т. д. [1].

Высшее учебное заведение - это особый социальный институт, который имеет потенциальные возможности при незначительной интенсификации учебного процесса и внеурочных мер, осуществлять работу по формированию здоровьесберегающей компетентности студентов, не меняя программы по профилю обучения [2, 4]. Студент, который учится в ВУЗе, находится на важном этапе собственного жизни - формирование его как личности. Именно время обучения в ВУЗе есть благоприятной и решающей вехой для обретения привычек здорового образа жизни (ЗОЖ), а система высшего образования представляет собой важный фактор для успешного социального становления студента, расширение возможности интеграции в общество основ здорового образа жизни и культуры здоровья.

Под здоровым образом жизни понимаются такие формы и образы повседневной жизнедеятельности, которые отвечают гигиеничным принципам, укрепляют адаптивные возможности организма, содействуют успешному восстановлению, поддержке и развитию его резервных возможностей, полноценному выполнению лицом социально-профессиональных функций [3], содействуют профилактике наиболее распространенных заболеваний.

По мнению Т.В. Бондарь, О.Г. Карпенко, В.В. Тевкун [7], программы формирования здорового образа жизни должны быть неотъемлемой частью подготовки будущих специа-

листов, которые в процессе творческой жизни будут вводить технологии здоровья не только в родственном круге, но и на рабочем месте.

Анализ научно-методической литературы и опыта педагогической практики удостоверяет наличие противоречий между требованиями общества к воспитанию студентов как физически и духовно здорового человека и недостаточными возможностями ВУЗа относительно их эффективной реализации, между возможностями ВУЗа в формировании ЗОЖ студентов и отсутствием их продуктивного использования. Наличие этих противоречий, объясняется отсутствием научно и методически обоснованной методики формирования ЗОЖ студенческой молодежи, которая могла бы быть интегрированной в учебно-воспитательный процесс ВУЗ.

Однако, именно кафедры физического воспитания ВНЗ имеют возможность целенаправленного влияния на процесс формирования ЗОЖ на качественному уровне и даже конкретно решать задачу сохранения и укрепление здоровья студентов, воспитывать заботливое отношение к нему как теоретически, так и практически (благодаря использованию разных упражнений, методов, приемов, видов спорта). В связи с вышеупомянутым, поиск новых подходов к формированию ЗОЖ студентов с использованием средств физического воспитания имеет первоочередное значение для повышения эффективности учебно-воспитательного процесса во ВУЗе, что обусловливает направление нашего исследования.

Цель исследования - Разработка валеологического спецкурса саморазвивающегося учебника нового типа, отвечающего на основные вызовы постиндустриальной эпохи в физическом воспитании.

Методы исследования - изучение, анализ, осмысление, систематизация и обобщения научно методической литературы, опрос.

Результаты исследования. Главной задачам в процессе формирования ЗОЖ мы считали достижение единства сознания и поведения лица. У студента можно констатировать сформированное понятие ЗОЖ не тогда, когда им усвоены основные правила, соблюдение которых содействует укреплению и сохранению здоровья, а когда у него возникает потребность действовать согласно усвоенным знаниям и приобретенные привычки действовать определенным образом становятся автоматическими.

Для определения наиболее существенных стимулов, которые актуализируют потребность соблюдения принципов ЗОЖ и факторов, которые препятствуют соблюдению правил сохранения здоровья студентов, был проведен анализ опроса 301 студента I курса, из которых 166 мужнин и 135 женщин. В ходе анализа было выяснено выступает ли информация по вопросам ЗОЖ действенным толчком для привлечения к ЗОЖ, каким образом студенты реагируют на свидетельство из разных источников, интересными ли занятия по дисциплине "Физическое воспитание" и каким образом можно сделать их более эффективными, как двигательная активность по мнению студентов содействует укреплению здоровья и какие факторы препятствуют ведению ЗОЖ.

Ответы на ряд вопросов не стали для нас неожиданными. Однако, интересными оказались свидетельства, которое преобладающее количество студентов высших учебных заведений, а именно - 86,75 % (n=144) мужнин и 94,81 % (n=128) женщин уверенные, что систематическое напоминание об угрозе болезней, к которым приводит безрассудное отношение лица к здоровью и демонстрирование необратимых изменений в органах и тканях, которые вызывают негативные факторы влияния, такие как табакокурение, злоупотребление алкоголем, нерациональное питания и т.п., принуждает задуматься и, даже, переоценить жизненные ценности в сторону заботливого отношения к своему организму. Вместе с этим, 92,59 % (n=125) женщин и 81,32 % (n=135) мужчин отмечают эффективность положительных примеров осмотрительного отношения к здоровью, акцентирование внимания на модных мировых тенденциях, которые содействуют долголетию, среди которых вегетарианство, занятие фитнесом, отказ от вредных привычек ит.п. Также, знаковыми для нашего исследования стали сведения, которые основную часть информации, в том числе и относительно вопросов ЗОЖ, студенты высших учебных заведений склонны черпать с Интернет -

источников. При этом 75,30 % (n=125) мужчин и 68,89 % женщин (n=93) заинтересованные в просмотре видеороликов с записями тренировочных программ, которые проводят авторитетные лица: опрашиваемые сознались, что с удовлетворением подражали бы примерам стиля жизни известных личностей, связанного с организацией ЗСЖ.

Как свидетельствует опыт, научно-обоснованное педагогическое влияние невозможный без изучения факторов, которые препятствуют заботе студентов о своем здоровье. Стараясь разрешить вопрос разработки эффективной методики влияния на мотивационную сферу студентов, мы пришли к выводу, что средства влияния должны быть нацеленные на сосредоточения усилий педагогов на преодоление смежных проблем, связанных с негативными факторами, которые мешают студентам проявлять заботу о здоровье. Затем, отсутствие действенного стимула, недостаточное осведомленность и отсутствие привычки у женщин и недостаточная осведомленность, отсутствие примера наследования, а также отсутствие стимула у мужчин определены как главные факторы, которые не побуждают соблюдение принципов ЗОЖ. Наблюдаемую ситуацию можно объяснить недостаточной пропагандой ЗОЖ в обществе, отсутствием систематического медико-валеологического образования в учебном процессе и отсутствием соответствующего воспитания в семье.

Итак, одним из направлений разработки здоровьеформирующих технологий в процессе обучения студентов является систематическое валеологическое образование, в процессе которого, по нашему мнению, нужно уделять значительное внимание таким аспектам деятельности из формирования ЗОЖ как:

- понимание студентами вопросов потребности во внедрении принципов ЗОЖ;
- социальную и коммуникативную активность студентов;
- осознание значимости будущей профессии, формирование положительного отношения к ней;
- развитие ощущения профессиональной обязанности к образу жизни;
- формирование стремления к максимальной реализации себя в профессиональной деятельности и стремление обретения знаний, практических привычек по вопросам ЗОЖ.

Согласно этим направлениям, в разработке находится спецкурс "Здоровьеформирующие технологии в системе ценностей сотрудника заведения". Методические принципы, которые введены в спецкурс, раскрывают возможности студентов к овладению практическими привычками организации ЗОЖ, мер самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности, индивидуальных двигательных режимов и режимов питания. Реализация данного спецкурса непосредственно в образовательном процессе студентов по нашему мнению обеспечит формирование стойких убеждений студентов относительно активной пропаганды принципов ЗОЖ в профессиональной деятельности.

Основополагающей чертой спецкурса будет интегральный подход к основам организации ЗОЖ студентов. Такой подход к рассмотрению научных и социальных аспектов ЗОЖ обусловлен рядом факторов: комплексным характером современных проблем соблюдения принципов ЗОЖ; состоянием теории и практики соблюдения ЗОЖ в высших учебных заведениях; дифференцированным образом изучением отдельных вопросов соблюдения ЗОЖ, которое не содействует созданию целостного представления о ЗОЖ.

Цель спецкурса определяет главная задача - формирование здорового образа жизни студента.

Программа спецкурса направлена на повышение осведомленности студентов относительно ЗОЖ, овладение методическими приемами пропаганды ЗОЖ в профессиональной деятельности, формирование знаний относительно применения методик оздоровления, составление программы самостоятельных оздоровительных занятий. Реализация учебного плана спецкурса предусматривает 9 тематических разделов:

1. Содержание основных понятий здорового образа жизни студенческой молодежи. Нормативно-правовая база по вопросам здорового образа жизни в России.
2. Здоровый образ жизни в системе ценностей медицинского работника. Компоненты здорового образа жизни.

3. Социальная значимость здорового образа жизни. Деятельность отечественных и международных организаций в разработке и реализации программ пропаганды здорового образа жизни.

4. Выдающиеся теоретики и пропагандисты здорового образа жизни. Системы оздоровления.

5. Организационно-методические условия формирования принципов здорового образа жизни.

6. Методы изучения личного здоровья, образа жизни.

7. Психолого-педагогические предпосылки формирования здорового образа жизни.

8. Вредные привычки: следствия и профилактика.

9. Культура половых отношения. Межличностные отношения.

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Критическая ситуация, которая сложилась в программе по физическому воспитанию в виде сокращения практических занятий, нуждается в реализации комплекса мер, одним из которых может быть внедрение в программу учебно-воспитательного процесса студентов спецкурса "Здоровьеформирующие технологии в системе ценностей сотрудника заведения". Программа спецкурса представляет собой единство глубокого валеологического образования и практических привычек самооздоровления, самостоятельного программирования физкультурно-оздоровительной деятельности.

Перспективы будущих исследований состоят в расширении программы спецкурса и его внедрении в учебно-воспитательный процесс студентов.

Литература:

1. Алексейчук И. С. Рациональное познание (слова, понятия, структуры): монография / И. С. Алексейчук, Изд-во ДонНУ, 2010.– 184 с.

2. Бугеря Т. М. Профессиональная подготовка будущих учителей основ здоровья как педагогическая проблема / Т. М. Бугеря // Вестник ЛНУ имени Тараса Шевченко. - № 8(267), Ч. И, 2013. - С. 24 - 33.

3. Грохова А.П. Влияние рекреативной культуры на формирование здорового образа жизни будущих инженеров- педагогов в процессе профессиональной подготовки / А.П. Горохова // Физическое воспитание студентов. - № 6. - 2012. - С. 52-56.

4. Канищева О.П. Формирование здорового образа жизни студентов с низкими адаптационными возможностями / О.П. Канищева // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. - 2008. - №5. - 50-53.

5. Одинцов М. В. Формирование здорового образа жизни студентов высших технических учебных заведений / М. В. Одинцов // Актуальные проблемы государственного управления, педагогики и психологии. - 2009. - № 1. - С. 310 - 312.

6. Состояние здравоохранения в мире //Действия общественного здравоохранения в целях улучшения здоровья детей и всего населения: - Женева: Всемирная организация здравоохранения, 2008. - 152 с.

7. Тевкун В.В. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи как социально-педагогическая проблема / В.В. Тевкун // Вестник Черниговского национального педагогического университета им. Т.Г. Шевченко; гол. ред. М.О. Носко: ЧНПУ, 2012. - № 102, Т. 1. - С. 157-159.

УДК 796

А.Ю. Гвалдин

ДИАЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ В КОНТЕСТЕ ВНЕДРЕНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГТО»

ФГБОУ ВО «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)», г.Ростов-на-Дону, Россия, e-mail: agvaldin@mail.ru

Аннотация статьи: *в статье раскрывается сущность диалогического подхода в физическом воспитании, условия его обеспечения в процессе введения физкультурно-спортивного комплекса «ГТО», роли тьютора в его реализации, и необходимости модернизации для этого системы фи-*

зического воспитания в образовательных учреждениях, привлекательность диалогического подхода в физическом воспитании для реализации комплекса «ГТО» показана на примере оригинальных программ С.А.Фирсина.

Ключевые слова: *физическое воспитание, диалогический подход, личностно-ориентированный принцип, тьюторство.*

A. Y. Gvaldin

THE DIALOGIC APPROACH TO PHYSICAL EDUCATION IN THE CONTEXT OF THE INTRODUCTION OF THE ALL-RUSSIAN SPORTS COMPLEX GTO

Rostov State University of Economics (RINH), Rostov-on-Don, Russia, e-mail: agvaldin@mail.ru

Annotation: *The article reveals the essence of dialogical approach in physical education, the conditions for its support in the process of introducing sports complex "GTO", the role of the tutor in its implementation, and the need to modernize this system of physical education in the educational institutions, the attractiveness of the dialogical approach to physical the education for the realization of "GTO" complex is shown by the example of original programming S.A.Firsina.*

Keywords: *physical education, dialogical approach, person-oriented principle, tutoring.*

Для практического внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» особое значение имеет поск и разработка наиболее эффективных методов и форм физического воспитания. Исходя из современных тенденций гуманизации образования и провозглашения свободного личностного развития, мы считаем актуальным исследование и практическое применение диалогического подхода в физическом воспитании, основанного на уважении личности воспитанника, его прав. Диалогический подход получил развитие в трудах отечественных педагогов и психологов: Ш.А.Амонашвили, И.А.Зимней, Я.Л.Коломинского, Е.В.Коротаевой, Л.А.Петровской, С.Л.Рубинштейна, А.С.Спиваковской, В.А.Сухомлинского, М.В.Телегина, Т.А.Флоренской и др.

Диалог – это особая форма педагогического взаимодействия, которая реализуется в обмене между педагогом и воспитанником ценностями и смыслами, а также в совместном продуцировании ценностей с целью успешной социализации. Монологические формы и методы воспитания, доминирующие в современной системе физического воспитания предполагают, что преподаватель даёт воспитанникам конкретную программу, содержание которой не учитывает индивидуальные особенности развития каждого обучающегося. Диалогический подход требует от педагога познания своего воспитанника: 1) его мировоззрения – идей, интересов, ценностных ориентаций, жизненных планов; 2) его психологических особенностей. Зная индивидуальные своеобразия воспитанников, педагог корректирует содержание программы при их непосредственном и активном участии. Тем самым в диалогическом подходе реализуется личностно-ориентированный принцип, на котором также основывается Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО».[2] Сущность личностно-ориентированного принципа отражает тезис «воспитание во имя личности», т.е. развитие неповторимой индивидуальности обучающегося, при котором он выступает сотрудником в своём воспитании. Диалогичность воспитания обеспечивается следующими условиями:

- конструированием субъект-субъектных отношений между педагогом и воспитанником;
- открытостью и свободой действий участников диалога;
- отсутствием манипулятивных воздействий со стороны педагога;
- наличием двустороннего эффекта развития, при котором и педагог, и воспитанник претерпевают индивидуально-личностные изменения в ходе обмена ценностями, идеями и смыслами.

Диалогический подход, основываясь на гуманистических началах, направлен как раз на решение задач, поставленных в Положении о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «ГТО»: гармоничное и всестороннее развитие личности, формирование потреб-

ности в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, воспитании патриотизма. [2]

Введение модели тьюторства для внедрения ВФСК «ГТО» актуализирует использование диалогического подхода в физическом воспитании. Тьютор ВФСК ГТО - это сотрудник организации системы образования, осуществляющий педагогическое или методическое сопровождение процесса выбора и реализации обучающимися здорового образа жизни, формирования физической культуры в соответствии с их индивидуальными особенностями и потребностями в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в образовательных организациях. [1]

Модель тьюторства в физическом воспитании предполагает более тесное и открытое педагогическое взаимодействие в системе «педагог-ученик», а, следовательно, тьютор должен владеть навыками диалогического общения:

- умение создавать атмосферу доброжелательности и доверия для налаживания контакта с воспитанником;
- уважение позиции, взглядов и мнений собеседника;
- способность понимать, чувствовать внутреннее состояние воспитанника;
- достижение духовной общности, единства с воспитанником;
- способность сопереживать, координировать действия для поиска выхода из проблемной ситуации.

Мы считаем, что деятельность тьютора должна быть направлена не столько на сдачу норм «ГТО», а впервую очередь на формирование у воспитанников культуры здорового образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании. Сама задача тьютора – индивидуальная поддержка воспитанника для его самореализации в физкультурно-спортивных мероприятиях, предполагает построение сотруднических отношений с воспитанником на основе диалога. Эффективность психолого-педагогичексой поддержки зависит от достижения взаимопонимания, духовной общности, стремления к открытости во взаимодействии. Вне диалогических отношений, без достижения взаимной обращённости друг к другу психолого-педагогическая поддержка может быть отвергнута воспитанником даже по причине недоверия к педагогу, нежелания делиться своими проблемами. Выполнение задачи по формированию потребности в физическом совершенствовании предполагает стимулирование педагогом у воспитанника внутреннего диалога. Рассказы, книги, демонстрация фильмов о выдающихся спортсменах могут содействовать началу внутреннего диалога воспитанника. Примеры мужественных людей, отдавших жизнь спорту, параолимпийцев, которые преодолевают себя каждый день, могут заставить воспитанника задаться вопросами: А я смогу? Почему я не занимаюсь спортом?

Институт медико-биологических проблем РУДН один из первых стал продвигать и развивать идею тьюторства, что отразилось в разработке программ повышения квалификации: «Профессиональная подготовка тьюторов в области развития физической культуры и спорта», «Организация и управление волонтерской деятельностью в процессе внедрения ВФСК ГТО. Подготовка волонтеров в области здорового образа жизни и внедрения ВФСК ГТО». [1] Программы направлены на формирование у работников образовательных учреждений профессиональных компетенций для успешного внедрения здоровьесберегающих технологий и ВФСК «ГТО», пропаганды здорового образа жизни среди обучающихся. Соответсвенно в качестве целей деятельности тьютора ВФСК «ГТО» выступают: модернизация системы физического воспитания в образовательных учреждениях, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом, обучение методике и формам самостоятельных занятий физической культурой.

Помимо введения тьюторства для популяризации и пропаганды Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» необходима разработка инновационных форм и методов физического воспитания детей и молодёжи, основанных на диалогическом подходе. На наш взгляд, повышению привлекательности комплекса «ГТО» способствуют оригинальные программы С.А.Фирсина – «ГТО-НИКА»[3], «СПАРТ-ГТО» [4,5]. В основе про-

граммы «СПАРТ-ГТО» лежат принципы гуманистической психологии и педагогики: уважение личности воспитанника, открытое общение, основанное на доверии и доброжелательности, учёт потребностей, ценностей и смыслов, индивидуальных психологических особенностей личности, достижение духовной общности, координации усилий с целью решения педагогических задач. Программа «СПАРТ-ГТО» - это интеграция спортивных соревнований и уникальных творческих соревнований и конкурсов. Эта программа составлена с учётом возрастных особенностей и медицинских показателей и реализуется по следующим ступеням: 1) среди учащихся 1-4 классов; 2) среди учащихся 5-11 классов; 3) среди учащихся с отклонениями в состоянии здоровья; 4) среди отдыхающих в летних оздоровительных лагерях. [5]

Цель гуманистической программы физического воспитания «ГТО-НИКА» - не только физическое развитие детей и молодежи, но и духовно-нравственное, интеллектуальное, психическое самосовершенствование. [3] И действительно, занятия физической культурой и спортом обладают огромным воспитательным и образовательным потенциалом, и не должны сводиться только к достижению спортивных результатов. Привлечение и подготовка обучающихся может сводиться к выполнению нормативных испытаний комплекса «ГТО», может осуществляться наряду с традиционными физкультурно-спортивными мероприятиями и в иной форме деятельности, основанной на диалоге:

1. Фестивали, конкурсы, праздники спортивно-патриотической направленности.
2. Мастер-классы, встречи с участием именитых спортсменов и тренеров.
3. Конференции, семинары, «круглые столы», посвященные проблемам физического воспитания, здорового образа жизни, истории комплеска «ГТО».

Программы «ГТО-НИКА», «ГТО-СПАРТ» ориентированы на реализацию гуманистического культурного потенциала физкультурно-спортивной деятельности, а благодаря интеграции спорта и искусства способны привлечь широкий круг детей и молодёжи.

Таким образом, внедрению и повышению привлекательности комплекса «ГТО» содействует диалогический подход в физическом воспитании, который направлен на решение комплекса педагогических задач:

- формирование ценностей здорового образа жизни, мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- всестороннее развитие личности, путём объединения физкультурно-спортивной, творческой и научной деятельности;
- воспитание гражданина и патриота, социально активной личности;
- профилактика девиантного поведения;
- организация досуга, объединение детей и молодёжи в группы, где они могут получить опыт положительного взаимодействия, сотрудничества.

Библиографический список:

1. Аксенова Е.А., Осокина Е.С., Дегтярева Т.О. ВФСК ГТО как механизм приобщения обучающихся к здоровому образу жизни: Федеральные проекты Минобрнауки России, реализуемые Институтом медико-биологических проблем РУДН // Здоровье нации – основа процветания России: материалы X Всероссийского форума. (г. Москва, 28-30 апреля 2016 г.). - М.: «Лига здоровье нации», 2016. – С.294-298.
2. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 №540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»(в посл.редакции Постановление Правительства РФ от 30 декабря 2015 г. N 1508) // Собрание законодательства РФ. № 25 ст. 3309.
3. Фирсин С.А. Гуманистическая программа «ГТО-НИКА» // «Professional Science». – 2016. - №1. – С.64-74.
4. Фирсин С.А. Программа «СПАРТ-ГТО», как игровая рационализация комплекса ГТО в физическом воспитании и социализации школьников. // Международный журнал экспериментального образования. – 2015. - №11. – С.359-361.
5. Фирсин С.А. Спартианская программа в досуговой деятельности детей и молодёжи. // Сборники конференций НИЦ Социосфера. - 2013. - №11. - С.37-41.

УДК 37.037.1:61:796.012.6

С.Ю. Забельский, канд. пед. наук, доцент

ПЕРСПЕКТИВА НАУЧНОГО ПРОЕКТА «БИОЭКОНОМИЧНАЯ ПСИХОМОТОРНАЯ ГИМНАСТИКА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЕ УЧАЩИХСЯ, СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП» В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ОТРАСЛИ

ФГАОУ ВПО «Северо-Кавказский федеральный университет», г. Ставрополь, Россия;

ООО «Центр биоэкономичного здравоукрепления «Культ БИО», г. Ставрополь, Россия; МБОУ гимназия № 25, г. Ставрополь, Россия; e-mail: cultbio@mail.ru

Аннотация. Настоящая работа посвящена планируемому экспериментальному исследованию и обоснованию результативности внедрения инновационных здравоукрепительных технологий в образовательный процесс по физическому воспитанию и лечебной физкультуре учащихся специальных медицинских групп на основе включения в их содержание биоэкономичной психомоторной гимнастики.

Ключевые слова. Научный проект, биоэкономичная психомоторная гимнастика; учащиеся, отнесенные к специальным медицинским группам, общеобразовательные учреждения, физическое воспитание и лечебная физкультура.

S. Y. Zabelsky, cand. of ped. sciences, associate professor

PROSPECTS OF A RESEARCH PROJECT "BIOECONOMICAL PSYCHOMOTOR GYMNASTICS IN PHYSICAL EDUCATION AND PHYSICAL THERAPY STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUPS" IN THE DOMESTIC SPORTS INDUSTRY

Federal state Autonomous educational institution of higher professional education "North-Caucasian Federal University, Stavropol, Russia; The limited liability company «Center bioeconomical of health improvement «Cult BIO», Stavropol, Russia; Municipal budgetary educational institution gymnasium № 25, Stavropol, Russia; e-mail: cultbio@mail.ru

Summary. The present work is devoted to planned experimental investigation and justification of the effectiveness of zdravookhraneniya introduction of innovative technologies in educational process on physical education and medical physical education students of special medical groups based on inclusion in their content bioeconomical psychomotor exercises.

Key words. Science project bioeconomical psychomotor exercises; students assigned to special medical groups, educational institutions, physical education and physiotherapy.

Последние два десятилетия образовательный процесс по физическому воспитанию и лечебной физкультуре учащихся специальных медицинских групп практически во всех образовательных учреждениях г. Ставрополя, Ставропольского края, да и в большинстве регионов России подвергся жесткой проверке «временем» на состоятельность и соответствие современным требованиям. Педагогическое и научное сообщество в этой сфере предпринимает попытки изменить в полной мере катастрофическую ситуацию в школах, где по сути проведение уроков по предмету «физическая культура» с данным контингентом либо отсутствует полностью и дети направляются на занятия в поликлиники, либо проводятся формально, исключая практические средства и методы работы, и зачастую заменяя их реферативной формой оценки. А ведь именно эти дети, страдающие различными заболеваниями, требуют особого внимания, регулярности и высокой эффективности лечебно-оздоровительного воздействия на основе практического использования научно-обоснованных здравоукрепительных технологий. Однако многие учащиеся до сих пор вынуждены проводить ценнейшее время урока физкультуры сидя на скамейке в далеко не всегда чистом и хорошо проветриваемом помещении спортивного зала, наблюдая за тем, как занимаются их одноклассники основной и подготовительной групп здоровья. В этом случае даже говорить о какой-либо мотивации больных детей к ведению здорового образа жизни,

используя доступные средства физической культуры, становится абсурдным. Аспекты существующих проблем этой отрасли известны: отсутствие условий для проведения практических занятий с подобным контингентом, нехватка квалифицированных специалистов, нехватка бюджетных средств на оплату труда учителя, а зачастую вообще отсутствие тарификации учителя физической культуры с учащимися, отнесенными к специальным медицинским группам и др. Однако ведущая проблема заключается в отсутствии доступной, экономичной, универсальной и высоко продуктивной комплексной образовательной программы для учителей физкультуры, не имеющих специального медицинского образования, основанной на научном обосновании используемых методов и технологий, а также системном подходе к воспитанию культуры здоровья и обучению укреплению здоровья детей с наличием нарушений психосоматической нормы.

Актуальность. Фундаментальной методологической особенностью немногочисленных существующих и разрабатываемых образовательных программ по физических культуре и ЛФК для учащихся специальных медицинских групп является развитие физических качеств и физическая подготовка путем использования тех или иных физических упражнений в зависимости от клинического диагноза занимающегося и медицинского заключения. Упор традиционных методик делается на телесный характер воздействия, практически исключая естественные, природные психосоматические особенности и способности организма детей. А ведь разум и интеллект являются главными инструментариями познания и управления собственным организмом, указывая человеку путь к активному долголетию. Научное исследование биоэкономичной психомоторной гимнастики с учащимися, имеющими нарушения психосоматической нормы является в высшей степени гуманным и расширяет границы традиционно сложившихся еще со времен советской физкультурной школы представлений о лечебно-оздоровительном потенциале уроков физической культуры и ЛФК самими учащимися, их родителями, учителями и административными кадрами. Актуальность научной проблемы заключается в том, что в исследовании сделана попытка изучения возможностей комплексного использования инновационных здравоукрепительных технологий с целью вывести на новый, соответствующий современным требованиям и представлениям качественный уровень раздел физкультурного образования с учащимися, отнесенными к специальным медицинским группам, что в полной мере соответствует приоритетным направлениям развития отраслей образования и здравоохранения нашего государства.

Объект исследования – биоэкономичная психомоторная гимнастика в физическом воспитании и ЛФК учащихся.

Предмет исследования – учащиеся гимназии 1-11 классов, отнесенные по состоянию здоровья к специальным медицинским группам.

Экспериментальными базами исследования являются МБОУ гимназия № 25 г. Ставрополь и отделение восстановительного лечения МБУЗ «Городская клиническая детская поликлиника № 2» г. Ставрополь. Число участников эксперимента 50 человек с различными клиническими диагнозами в возрасте от 7 до 16 лет, имеющих освобождение от уроков по физической культуре в основной и подготовительной группах и направление врачебной комиссии на лечебную физкультуру, содержание которой будет обогащено комплексом здравоукрепительных технологий в рамках проведения практических занятий БПМГ. Научное исследование будет состоять из четырех этапов.

На первом этапе будут осуществлена организация четырех возрастных групп учащихся (исследуемых лиц), отнесенных к специальным медицинским группам на основе направлений врачебной комиссии МБУЗ «Городская клиническая детская поликлиника № 2», г. Ставрополь и врача гимназии, утверждение расписания занятий администрацией МБОУ гимназии № 25 г. Ставрополя и документального согласия родителей или законных представителей участников эксперимента; проведение констатирующего эксперимента для выявления исходного состояния здоровья исследуемых: медицинский анамнез, изучение

данных истории болезней и медицинского заключения, определение исходных показателей развития цикла психосоматического здоровья в состоянии относительного покоя и в активной деятельности на основе биоэкономичного тестирования; начало педагогического эксперимента, содержание первого этапа которого основано на ознакомлении учащихся с теоретическими аспектами внедряемых здравоукрепительных технологий и обучении их практическому использованию в рамках занятий биоэкономичной психомоторной гимнастикой. Оказание оздоровительного и профилактического воздействие на организм занимающихся.

Второй этап в рамках продолжения педагогического эксперимента будет направлен на формирование у каждого учащегося умений использования комплекса здравоукрепительных технологий в курсе занятий биоэкономичной психомоторной гимнастикой; целенаправленное лечебно-оздоровительное и профилактическое воздействие на организм занимающихся; выявление динамики развития цикла психосоматического здоровья каждого испытуемого и групповой динамики процесса здравоукрепления в целом (МБОУ гимназии № 25 г. Ставрополя). Изучение результативности эксперимента по данным медицинских обследований (МБУЗ «Городская клиническая детская поликлиника № 2», г. Ставрополь).

Третий этап в рамках продолжения педагогического эксперимента будет направлен на совершенствование умений каждого учащегося использования комплекса здравоукрепительных технологий в курсе занятий биоэкономичной психомоторной гимнастикой и различными допустимыми видами спорта; лечебно-оздоровительное и профилактическое воздействие на организм занимающихся; выявление динамики развития цикла психосоматического здоровья каждого испытуемого и групповой динамики процесса здравоукрепления в целом.

Четвертый этап в рамках завершения педагогического эксперимента будет посвящен закреплению умений каждого учащегося использования комплекса здравоукрепительных технологий в курсе занятий биоэкономичной психомоторной гимнастикой, различными допустимыми видами спорта и повседневной жизни; целенаправленное лечебно-оздоровительное и профилактическое воздействие на организм занимающихся; сравнительный анализ результатов констатирующего и педагогического экспериментов, их сопоставление с результатами самооценки динамики состояния организма самими участниками, их родителями и медицинского заключения. Выявлению недостатков и достоинств. Статистической обработке полученных результатов их научное обоснование и выводы. Разработке образовательной программы и практических рекомендаций. Подготовке аналитических справок о результатах исследования в Министерства и ведомства органов образования и здравоохранения Ставропольского края и представлению результатов научной и педагогической общественности в рамках докладов на Всероссийских и Международных научно-практических конференциях, а также публикации научных статей.

Современное состояние исследований по научной проблеме проекта. В интервью международному информационному холдингу «Bloomberg» 1 сентября 2016г. Президент РФ В. В. Путин заявил, что в последние 3 года в нашей стране наблюдается прирост населения. Наряду с этим данные статистических исследований относительно уровня заболеваемости и ее возрастной динамики у учащихся школ в нашей стране продолжают оставаться угрожающими. В соответствии с «Требованиями к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательном учреждении (пункт 8)» Приказа Минобрнауки РФ № 2106 от 28.12.2010г. «Об утверждении Федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников» в школах России должны быть организованы физкультурно-оздоровительная работа с обучающимися, воспитанниками всех групп здоровья, а также занятия по лечебной физкультуре для обучающихся, воспитанников в соответствии с медицинскими показаниями по результатам медицинского профилактического осмотра (пункт 8.1, 8.2). Однако анализ современного состояния изучаемой проблемы позволяет утверждать, что глубокая нехватка врачей и инструкторов по ЛФК, а также квалифицированных учителей физкультуры, гото-

вых работать с изучаемым контингентом в общеобразовательных учреждениях, не позволяет даже приблизиться к выполнению указанных положений. Действительно, далеко не все учителя физкультуры готовы работать с детьми, страдающими различными заболеваниями. Недостаточный уровень знаний широкого спектра нарушений психосоматической нормы учащихся, большая ответственность за состояние организма болеющего ребенка и несовершенство имеющихся на вооружении учителей физкультуры методических рекомендаций становятся барьерами к работе. Также в большинстве школ остается не решеным вопрос с занятостью спортивных залов. Часты случаи объединения уроков физкультуры в двух, а иногда и в трех классах. Полагаем справедливыми рекомендации Минобрнауки РФ о проведении уроков физической культуры с учащимися специальных медицинских групп до или после основной сетки расписания. Это позволяет сконцентрироваться учителю только на работе с данным контингентом и использовать адекватные текущему состоянию организма детей средства. Современный педагог должен обладать универсальными здравоукрепительными технологиями и педагогическими методами, позволяющими оказывать благоприятное лечебно-оздоровительное воздействие на организм занимающихся вне зависимости от уровня физической подготовленности и с самым широким спектром заболеваний. Данное положение является целеполагающим в научном исследовании настоящего проекта.

В настоящей работе мы стремимся к решению следующей *конкретной задачи*: на основе обоснованных результатов научного исследования разработать универсальную комплексную образовательную программу и методические рекомендации внедрения биоэкономичной психомоторной гимнастики в физическое воспитание и занятия лечебной физкультурой учащихся специальных медицинских групп.

Новизна исследования заключается в обосновании возможностей внедрения биоэкономичной психомоторной гимнастики в физическое воспитание и занятия лечебной физкультурой учащихся специальных медицинских групп в рамках учебного процесса. Оригинальность постановки проблемы и методологии исследования заключается в том, что впервые в теории и практике физической культуры с учащимися, имеющими нарушения психосоматической нормы, используется комплекс универсальных здравоукрепительных технологий диагностики и управления инновационной образовательно-оздоровительной Российской системы биоэкономичного психомоторного здравоукрепления. В рамках практических занятий технологии биоэкономичной диагностики позволяют учащимся без использования дорогостоящей аппаратуры получать возможность количественной оценки цикла психосоматического здоровья и качественной характеристики процесса здравоукрепления организма, что является фундаментальной основой самостоятельного понимания и управления состоянием своего организма как в учебном процессе, на занятиях различными видами спорта, так и в повседневной жизни.

Применяемые в исследовании методологические принципы. Системности (практическое занятие биоэкономичной психомоторной гимнастикой имеет четкую иерархическую структуру элементов, состоит из пяти частей (начало, настройка, основная часть, состояние самогипностичекого сна и окончание). Каждая из частей (элементов) включает в свое содержание структурные элементы, т.е. здравоукрепительные технологии, взаимосвязь которых позволяет оказывать благоприятное целостное и избирательное, в зависимости от имеющегося нарушения психосоматической нормы, воздействие на организм занимающихся); постепенности (направлен на изучение ответной реакции организма на предлагаемое воздействие здравоукрепительных технологий в рамках занятия БПМГ и призван индивидуализировать психомоторную нагрузку преемственно к организму каждого учащегося на основе биоэкономичной диагностики); преемственности (1. Направлен на развитие следовой реакции экономизации психомоторной адаптации организма (по В. В. Гневушеву, С. Х. Азову, 2004-2008) в состоянии относительного покоя и активной деятельности по окончании занятия БПМГ с переходом на состояние бодрствования и ночной сон в повседневной жизни [1, 4]; 2. Сбалансированное соотношение практического раздела учебного материала

с теорией здравоукрепления организма в рамках домашних заданий с использованием учебных, учебно-методических и электронных обучающих материалов УМК «Здоровье человека XXI века. Система биоэкономичного психомоторного здравоукрепления»); индивидуализации (обучение занимающихся возможностям чувственного понимания своего организма и на основе этого самостоятельного управления биоэкономичным психомоторным воздействием в зависимости от текущего состояния и проявления заболевания); интеграции и обобщения (структурно-содержательный аспект биоэкономичной психомоторной гимнастики основан на принце объединения в единую систему отдельных положений различных наук: психологии, физиологии, медицины, педагогики, математики, эргономии, физической культуры, философии, гигиены); цикличности (циклическое взаимодействие технологий диагностики и управления процессом здравоукрепления организма человека с новым видом биологической энергии. В. И. Вернадский назвал ее «энергией человеческой культуры», отличающейся наибольшей мощностью воздействия на человека и биосферу, содействующей в том числе развитию культуры здоровья личности) [3].

В исследовании предполагается использование следующих *методов*: медицинский анамнез, данные истории болезней и медицинского заключения, биоэкономичное тестирование, метод самооценки, констатирующий и педагогический эксперименты, сравнительный анализ, опрос и математическая статистика. Практическими здравоукрепительными технологиями воздействия на организм занимающихся являются: экономичное дыхание, вербально-респираторное и идео-респираторное потенцирование, психомоторные упражнения в положениях «лежа», «сидя», «стоя», фазовое лимитирование энергостоимости выполняемой деятельности, биоэкономичная диагностика. Полагаем, что этот набор педагогических, медицинских, физиологических, эргономичных и психологических инструментариев позволит обеспечить необходимую глубину и достоверность результатов научного исследования.

Ожидаемые результаты. 1. Положительная динамика развития цикла психосоматического здоровья учащихся, отнесенных к специальным медицинским группам по результатам сравнительного анализа данных констатирующего и педагогического экспериментов; 2. Регрессивная динамика показателей заболеваемости по результатам медицинского заключения (данные медицинских обследований историй болезней) до и после педагогического эксперимента; 3. Выявленные недостатки и достоинства положений, связанных с оценкой внедрения биоэкономичной психомоторной гимнастики в физической воспитание и ЛФК учащихся специальных медицинских групп; 4. Обоснование результатов и выводы по проведенному исследованию; 5. Разработка образовательной программы с одноименным названием настоящего проекта и практических рекомендаций к ней.

Роль ожидаемых результатов заключается в кардинальном преобразовании традиционных отечественных подходов к преподаванию физической культуры и ЛФК учащимся специальных медицинских групп в нечто большее, чем набор средств и методов телесно-двигательного воздействия на организм. Научная значимость ожидаемых результатов позволит понимать современное физкультурное образование как трансляцию культуры, направленную на творение целостного человека (учащегося) в его психосоматическом и социокультурном единстве, а не просто формирование у него (по Ю. М. Николаеву, 2015) определенной совокупности двигательных умений и двигательных навыков, что сегодня еще является преобладающим в теории и практике физической культуры, но все более и более исчерпывает свои односторонние потенциальные возможности [2, с.95, 96]. Полагаем, разработка отсутствующей на современном этапе развития физкультурного образования в нашей стране полноценной научно-обоснованной образовательной программы «Биоэкономичная психомоторная гимнастика в физическом воспитании и лечебной физкультуре с учащимися специальных медицинских групп» заполнит существующий пробел в оказании доступных, экономически выгодных, конкурентоспособных и высоко эффективных лечеб-

но-оздоровительных и образовательных услуг учащейся молодежи, ожидающей помощи и внимания к своему организму.

Литература:

1. Гневушев, В.В. Российская система биоэкономичной психомоторной адаптивности здравоукрепления. Инновационная модернизация физической культуры XXI века [Текст] : монография / Гневушев В.В., С.Х. Азов, С.Ю. Забельский [и др.] ; под общей ред. В.В. Гневушева. - М. : Илекса, 2008. - 104с.
2. Николаев, Ю.М. Теория физической культуры: что же это такое? [Текст] // Теория и практика физической культуры, 2015. № 1. С. 94-99.
3. Система биоэкономической психомоторной адаптивности цикла здоровья [Текст] : учебное пособие / Гневушев В.В., С.Ю. Забельский, С.Х. Азов [и др.] ; под общей ред. В.В. Гневушева. - Ставрополь: Изд-во «Ставропольсервисшкола», 2004. - 188с.
4. Система биоэкономичного психомоторного здравоукрепления в лечебной физической культуре [Текст] : учебное пособие / под общ. ред. : В.В. Гневушева. – Ставрополь : Изд-во «Став-Пресс», 2006. – 124 с.

УДК 796.058

Р. А. Гайнуллин к.б.н., доцент; Г. И. Тухватуллина

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа, Россия, kadirovaelvira23@rambler.ru

Аннотация. *В отношении здоровья во всех странах студенты выделяются в категорию повышенного риска. И это не безосновательно: в системе высшего образования есть противоречие между необходимостью оптимизировать деятельность высшего профессионального образовательного учреждения и также сохранить здоровье молодежи с одновременной интенсификацией учебного процесса. Давно подтверждено, что если человек обладает низким уровнем физического развития, у него наблюдаются некоторые проблемы в состоянии здоровья, и все это проявляется на уровень работоспособности. Ведь именно активные занятия физической культурой и спортом способствуют развитию должного уровня двигательной активности. И все это является мощным стимулом для развития собственных сил и возможностей организма.*

Ключевые слова: *физическое воспитание, студенты, здоровьесберегающие технологии.*

R. Gaynullin, Candidate of Biology, associate professor,
G.Tukhvatullina, Teacher of department of a physical education, physiotherapy exercises and medical control

PHYSICAL TRAINING IN THE STUDENT'S ENVIRONMENT

Bashkir state medical university, Ufa, Russian Federation, kadirovaelvira23@rambler.ru

Summary. *Concerning health in all countries students are allocated in category of the increased risk. And it isn't groundless: in system of the higher education there is a contradiction between need to optimize activity of the highest professional educational institution and also to keep health of youth with a simultaneous intensification of educational process. Long ago it is confirmed that if the person has the low level of physical development, he observes some problems in the state of health, and all this is shown on working capacity level. Active occupations physical culture and sport promote development of due level of physical activity. And all this is a powerful incentive for development of own forces and opportunities of an organism.*

Keywords: *physical training, students, health saving technologies.*

Общая физическая подготовка нужна в первую очередь для укрепления здоровья. Изменения при развитии физических качеств происходят на молекулярном уровне, изменяя физиологические и биохимические процессы. Увеличивается сопротивляемость организма к неблагоприятным факторам, повышается иммунитет. ОФП сдерживает процессы старения. Общее физическое развитие. ОФП не является спортом, но ни в одном виде спорта без нее не обойтись. Общая физическая подготовка обеспечивает всестороннее и гармоничное физическое развитие человека. Подготавливает базу для специальной физической подготов-

ки в конкретном виде спорта, в военной или трудовой деятельности[1]. Сегодня одним из актуальных направлений физического воспитания молодежи является совершенствование физического воспитания молодежи в учебных заведениях. Проблема сохранения и приумножения здоровья молодежи, пропаганды здорового образа жизни, отказа от употребления наркотиков, курения табака – это все важнейшие проблемы, решаемые на государственном уровне[2]. Занятия спортом, двигательная активность необходимы для планирования режима жизни, чередования умственной и физической активности, повышения работоспособности во время обучения. Студент должен развиваться всесторонне: духовно, нравственно, физически.

Значительную составляющую часть в образовательной деятельности составляет охрана здоровья подрастающего поколения. Последствия нарушения физического здоровья студентов приведут к последующим неблагоприятным изменениям и в экономике с социуме государства. Ведь нынешние студенты – это основа бедующего поколения. Естественно, состояние здоровья молодых парней и девушек повлияет на дальнейший выбор профессии и освоение специальности, тогда как ограничение в состоянии здоровья может стать препятствием ограничением при овладении определенным перечнем специальностей. Данные сокращения в выборе специальности напрямую связаны с изменением в состоянии физического и психического здоровья студентов.

Перед преподавателями физической культуры и спорта стоит важная задача - создать необходимые условия для того, чтобы образование не только ни ухудшало здоровье молодых людей, а способствовало его сохранению, укреплению, развитию.

Физкультурно-оздоровительная направленность в занятиях физической культурой имеет широкое распространение в университетах, так как содействуют укреплению здоровья молодых людей, способствуют гармоническому физическому развитию, помогают формированию здорового образа жизни, совершенствованию уровня двигательной активности, тем самым, обеспечивают психофизическую подготовку к адаптации и самостоятельной жизнедеятельности в социуме.

Сейчас в системе физкультурно-спортивной деятельности имеется противоречие между гуманистической направленностью обучения, определяющей приоритет общечеловеческих ценностей, определение условий для всестороннего развития личности , а с другой – современная педагогики не способствует полному обеспечению созданным научно-теоритических и методических знаний, инновационных преобразований в процессе организации занятий физической культурой и спортом причем с учетом требований, предъявляемых к состоянию здоровья и степени физической подготовки обучающихся.

Система традиционного физического воспитания молодежи направлена на повышение уровня двигательной активности. Сейчас следует особому вниманию уделить творческому процессу в занятиях спортом путем переноса элементов спорта в сферу занятий физической культуры. Такой творческий перенос впервые (в 1962 г.) предложил д.б.н., профессор В.К. Бальсевич и назвал это новое направление физического воспитания – «спортизацией».

Спортизация в процессе обучения физической культурой и спортом предполагает увеличение объема организованной двигательной активности учащихся.

Процесс разработки и реализации здоровьеразвивающих программ предполагает взаимодействие преподавателя физической культуры, и студента по поводу выбора им цели, ценности, содержания, формы поведения, общения и развития, как в самом учреждении, так и в образовательном пространстве социума.

Процесс обучения в высшей школе идет очень интенсивно, и нагрузки сопоставимы с такими видами трудовой деятельности, которым присущ повышенный риск развития различных заболеваний. Умственные перезагрузки, которые сочетаются с неактивным малоподвижным образом жизни, неблагоприятными условиями окружающей среды, бытовыми и

материальными проблемами, все эти составляющие впоследствии приводят к тому, что резко уменьшается количество здоровых молодых людей.

Конечно, в перечне задач, стоящих перед педагогами, есть, и задача по сохранению имеющегося на данный момент времени у студента здоровья. Необходимо со всех стон подходить к здоровью человека. Должны реализовываться программы по формированию, развитию, и укреплению здоровья, привитие навыков здорового образа жизни.

Развитие здоровья студентов должно осуществляться преподавателями, тренерами физической культуры. Современная структура работы педагога и студента по разработке и реализации индивидуальных здоровьесберегающих программ определяется методологической основой преподавательского сопровождения студентов, в качестве которой выступает взаимодействие идей свободы, развития индивидуальности и самоопределения. В современном подходе к образовательной деятельности есть проблема полноценного физического воспитания в студенческой среде. [2,4]. Физическая подготовка – это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их гармоничном сочетании. В основе общей физической подготовки может быть любой вид спорта или отдельный комплекс упражнений, например, гимнастика, бег, бодибилдинг, аэробика, единоборства, плавание, любые подвижные игры. [3] Процесс занятий физической культурой — является основой физического воспитания человека. Она диктует овладение разнообразным спектром двигательных навыков и умений, позволяющих успешно специализироваться в самых различных видах деятельности[2]. Основополагающим содержанием физической подготовки являются наиболее важные виды движения человека: ходьба, бег, прыжки, метания, плавание, передвижение на лыжах, преодоление препятствий. Занятие спортом и физическая подготовка способствуют развитию у человека навыков и умений хорошо осваивать новые виды движений и применять приобретенные навыки на практике и в повседневной жизни.

Заключение. Преподаватель физической культуры обязан способствовать активному развитию у студентов желанию и потребности в занятиях физической культуры и спортом. Причем, заниматься спортом не только на парах, но и в остальное время, чтобы поддерживать свою физическую форму, так как физическая подготовленность быстро утрачивается, если не заниматься самостоятельно.

Одним из приоритетных направлений физического воспитания в высшем учебном заведении является формирование и укрепление мотивов по поводу физического развития и физического совершенства. Побуждение к занятия физической культурой и спортом, овладение каким-либо видом спорта. Самое главное, чтобы студенты были сами активно вовлечены в процесс и была уверенность и заинтересованность в получении результата занятий спортом, что конечно отразится на уровне физического здоровья, то есть, должна быть мощная мотивация и увлеченность. Для большей результативности применения средств самостоятельной работы над физической подготовленностью надо четко сформулировать задания для физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом задач занятия. Первое - правильно построить занятия. Второе — на должном уровне предоставлять технологию учебного процесса, делая ее доступной каждому занимающему. Конкретная постановка цели, задачи, указывающая на характер и цель выполняемой работы на занятии, позволяет студентам более адекватно и правильно осваивать физические упражнения по их специфической направленности. Безусловно, все это способствует качественному предметному анализу результатов деятельности при подведении итогов.

Список использованной литературы

1. Ивахненко Г. А., Институт социологии РАН, Здоровьесберегающие технологии в российских вузах // Вестник Института социологии. 2013. № 6. С. 99-111

2. Ильинич, В.И. Физическая культура студента и жизнь. Учебник для ВУЗов/ В.И. Ильинич- М: Гардарики,2010-368с.

3. Пачганова С. С., Зуевская Т. В. Современная наука: актуальные проблемы и пути их решения. 2015 № 9, с. 22
4. Чедов К. В. Здоровьеразвивающая деятельность общеобразовательных школ в условиях их спортизации / К. В. Чедов // Молодой ученый. - 2012. - №12. - С. 530-532

УДК 374

П.Б. Волков

ПУТИ ПРИОБЩЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ 7-12 ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА К СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКЕ В ВИДАХ СПОРТА В УСЛОВИЯХ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ДЮСШ

ФГБОУ ВО «Глазовский государственный педагогический институт им. В. Г. Короленко», г. Глазов, Россия, pbvolk@mail.ru

Аннотация. *В статье рассматриваются проблемы воспитания детей и подростков, выбравших в досуговой деятельности занятия физической культурой и спортом. Предполагается сосредоточить усилия педагогов не только на контроле знаний, умений, навыков, но и на проверке у подростков ценностных установок, мотивов, ориентаций. Основной упор в образовательном про-цессе на педагогику сотрудничества. Результатом станут: высокий уровень позитивной мотива-ции, повышение познавательной, социальной активности.*

Ключевые слова: *педагогика сотрудничества, социализация*

Volkov P.B., assistant

THE WAYS OF FAMILIARIZING CHILDREN AND ADOLESCENTS 7-12 YEARS OF AGE TO SPORTS TRAINING IN SPORTS IN THE CONTEXT OF THE EDUCATIONAL PROCESS IN YOUTH SPORT

Federal institute "Glazovsky State Pedagogical Institute. V. G. Korolenko, Glazov, Russia, pbvolk@mail.ru

Abstract. *This article discusses the problem of educating children and adolescents choosing leisure activities engage in physical culture and sport. It is expected to focus not only on teachers control of knowledge and skills, but also on adolescents values, motives, attitudes. The primary focus of the educational process on education cooperation. The result will be: high level of positive motivation, improved cognitive, social activity.*

Keywords: *pedagogy of cooperation, socialization.*

Как известно, образовательный процесс включает два взаимосвязных и взаимозависимых аспекта: процесс обучения и процесс воспитания [1, с. 99].

Представим процесс обучения детей и подростков через ряд последовательных компонентов: получение информации; выработка и освоение понятий; формирование знаний; формирование умений и навыков [3, с.35].

В системе детско-юношеского спорта теоретическая основа образовательного процесса воспроизводится в аналогичной последовательности. Пусковой установкой запуска механизма процесса обучения является коммуникативная деятельность (общение с одноклубниками, тренером, родителями, одноклассниками и т.п.) [2, с. 131].

Результатом, в котором проявляется обученность / необученность воспитанников ДЮСШ является тренировка (сдача нормативов, выполнение заданий тренера) и соревнование (матч, игра и т.п.)

Представим процесс воспитания детей и подростков через ряд последовательных компонентов: адаптация; формирование ценностей; мотивация; целеполагание.

Пусковой установкой запуска механизма процесса воспитания является тренировочная и соревновательная деятельность, которые начинаются с адаптации.

Результатом процесса воспитания является коммуникативная деятельность, в которой проявляется и выявляется результат воспитания.

Наблюдения за учебно-тренировочным процессом ДЮСШ показывают следующее:

- обучающая деятельность воспитанников ДЮСШ сводится к получению и освоению информации;

- воспитательная деятельность направлена на формирование внутреннего мира личности

Два вида деятельности пересекаются друг с другом в коммуникативном процессе, тренировочной и соревновательной деятельности.

В данном социокультурном пространстве: дом – образовательное учреждение - ДЮСШ – дом большую роль играет формирование информационного пространства воспитанников и информационный поиск. Воспитанники получают в данном социуме готовую информацию, а попытка добыть ее самому представляется подростку через сеть Интернет, времяпровождение на улице. При обработке «левой» информации выявляется проблемы личности, которые выражаются в: несамостоятельности, слабости воли, нехватки опыта; гносеологические: неразвитость мышления, низкая базовая образовательная подготовка (пропуски занятий в школе, отсутствие самоподготовки по учебным дисциплинам), недопонимания принимаемых самостоятельных решений и их последствий; психологические: чувство беспомощности, боязнь нового знания, стереотип.

Представленные препятствия могут приводить к возникновению кризисных ситуаций в различных аспектах жизни: обучении в школе, разногласиям с родителями, друзьями; нарушению спортивного режима; изменению ценностных ориентаций, угасанию мотивации к занятиям спортом и т.п.[4, с. 408]

Основные проблемы воспитательного процесса

1. Слабые инертные взамодействия участников воспитательного процесса (семья-школа- ДЮСШ) между собой:

- не обеспечивается процесс коммуникаций между партнерами;

- отсутствуют консультации, данная функция не обеспечивает вхождения в ту или иную проблему ребенка;

- доминируют обучающая и информативная функции в воспитательном процессе;

- рекреативная деятельность ребенка не организуется и не контролируется со стороны взрослых;

-сведена к нулю культурологическая функция, например, в плане воспитательной работы ДЮСШ, не находят отражения такие мероприятия, как посещение выставок, музеев, концертов, спектаклей коллективом или группами воспитанников совместно с родителями, тренерами;

- у ряда воспитанников ярко выражена потребительская функция: удовлетворение широкого спектра потребностей ребенка становится панацеей в воспитательном процессе со стороны родителей.

В связи с выявленным кругом противоречий и проблем у воспитанников ДЮСШ необходимо сосредоточить усилия педагогов не только на контроле знаний, умений, навыков, но и на проверке у подростков ценностных установок, мотивов, ориентаций.

Особенностью воспитания подростка, занимающегося в секции ДЮСШ, является коллективный (кооперативный) характер, т.е. структуру воспитательного процесса можно представить следующим образом: - родитель – ребенок – педагоги ОУ – педагоги ДЮСШ.

В структуре воспитательного процесса выявляется образовательная среда, главным фактором которой должно стать сотрудничество участников процесса.

Воспитание в сотрудничестве предусматривает групповую, командную работу воспитанников и взрослых. Основные черты этого процесса таковы: участие, социализация, дискуссия, рефлексия, сотрудничество с другими для саморазвития. Главный навык, который приобретается воспитанниками – умение слушать и слышать другого, прислушиваться и понимать мнение других [5, с. 23].

Воспитание в широком смысле слова - изначальная форма социализации и воспитания детей и подростков, в процессе которого происходит развитие и становление личности.

Основное воспитание ребенок должен получать в семье. Результаты анкетного опроса, проведенного среди воспитанников ДЮСШ на тему «Микроклимат моей семьи» не радуют.

В ДЮСШ №1 г. Глазова проходят спортивную подготовку 676 учащихся (на начало 2016 - 2017 учебного года). Из них 298 детей воспитываются в малообеспеченных семьях, 129 - в семьях, нуждающихся в материальной помощи; 74 подростков – воспитанники многодетных семей, 119 – неполных семей, 15 школьников проживают в неблагополучных семьях, двое – воспитанники опекунских семей. Семеро детей воспитываются в семьях, где родители инвалиды.

Анализ результатов исследования состава семей воспитанников ДЮСШ, проведенного методами: опроса, анкетирования, изучением личных дел учащихся выявил следующее: на воспитательную функцию семьи оказали влияние тенденции, явления и процессы, которые отмечались в последние годы в республике: единственный ребенок в семье (62%); рост числа детей и подростков, предоставленных самим себе (36%); появление в семьях насилия и жестокого обращения с женой (мужем) (38%); ухудшение отношений между родителями и детьми (44%); отсутствие мужского влияния на формирование личности ребенка (52%); неподготовленность семьи к ведению здорового образа жизни (46%); низкий уровень педагогической культуры, воспитанности родителей и, соответственно, слабый воспитательный потенциал преобладающего числа семей (55%).

На базе ДЮСШ также проходят обучение воспитанники Детского дома. На протяжении 2015 - 2016 учебного года обучалось 14 детей-сирот и подростков.

В ДЮСШ № 1 г. Глазова сложилась система форм и методов взаимодействия с семьей как социальным институтом воспитания. Тематические родительские собрания, заседания родительского комитета, родительские университеты, целевые встречи с родителями, консультирование родителей играют большую роль в повышении психолого-педагогической, правовой грамотности родителей.

В ДЮСШ разработаны и приведены в действие разного рода программы, отражающие систему работы с семьей. Важное место в системе работы ДЮСШ занимает взаимодействие с общеобразовательными школами города, заинтересованными общественными структурами. Подобная система работы социальных партнеров играет также немаловажную роль в повышении воспитательного потенциала семьи.

Опыт работы ДЮСШ с семьями воспитанников позволил наметить новые цели и задачи, которые предполагают дифференцированный и индивидуальный подходы к семейному воспитанию.

Серьезной проблемой становится восприятие воспитанниками некачественной информации из сети Интернет и не критичность ее восприятия. Воспитанники перестают общаться между собой, не умеют строить проблемную коммуникацию.

Предложения совершенствования форм, методов и средств воспитательного процесса в ДЮСШ:

1. В воспитательном процессе использовать исследовательско-аналитические педагогические технологии, которые включают в себя исследовательские процессы, аналитические процедуры. Например, проводить разборы (анализ) матчей, игр соперников; совместные просмотры спортивных трансляций с оперативным анализом игровых ситуаций и т.д. Воспитательный процесс в этом случае выступает как технология коллективного обучения через работу в парах, группах, команде; через взаимный обмен информацией.

2. Обсуждение в команде проблемных жизненных ситуаций, например отстранение российских паралимпийцев от Игр в Рио-де- Жанейро. Группа спортсменов погружается в проблему, выдвигаются версии в решении проблемы, формируются эффекты умножения знаний, воспитываются личные качества.

3. Следует привлекать воспитанников к планированию учебно-тренировочных занятий, возможно, и с целью профориентации, и осознания вариантов эффективности принятых решений, действий.

4. Использовать педагогическую технологию создания «ситуации успеха». В ней предусматривается деятельность по активизации воспитанников, стимулировании их успеха, подчеркиванию достижений юных спортсменов. Формами воспитательной работы могут стать: чествование победителей и призеров соревнований в стенах образовательной школы; на городских физкультурно-спортивных мероприятиях; поощрением поездкой в цирк, театр, футбольный матч в другом городе и т.п. Ощущение успеха выступает одной из главных движущих сил метода, формирования устойчивой позитивной мотивации, наращивания познавательной, социальной активности.

Список литературы

1.Волков П.Б. Гендерный подход к физическому воспитанию детей и подростков во внешкольной работе [Текст] / П.Б. Волков, С.А. Волкова, А.П. Сагайдачная // Отечественная наука в эпоху изменений: постулаты прошлого и теории нового времени: сб. статей IV Международной научно-практической конференции /Ежемесячный научный журнал – Ч.2,2014, № 4, с. 98-101

2.Волков П.Б. Спортивная направленность в воспитательной работе с юными атлетами 10-12 летнего возраста в системе дополнительного образования [Текст] / П.Б. Волков, С.А. Волкова, А.П. Сагайдачная / Роль науки в развитии общества: сборник статей. – Уфа: АЭТЭРНА, 2015 – с. 131- 132

3.Волков П.Б. Организация и методическое сопровождение в системе взаимоотношений «родитель – ребенок – тренер» родителей детей, специализирующихся в фигурном катании на коньках с раннего возраста [Текст] / П.Б. Волков, С.А. Волкова, А.П. Сагайдачная // Актуальные вопросы науки третьего тысячелетия: сборник статей Международной научно-практической конференции – Стерлитамак: РИЦ АМИ, 2015, с.35-37.

4.Волков П.Б. Организация сотрудничества с учащимся 5-8-х классов, освобожденных от практических занятий физической культурой [Текст] / П.Б. Волков // Актуальные вопросы современной науки и образования: материалы международной научно-практической конференции. Вып. 15. Т.1. – Киров, 2016, с. 406-410

5.Волков П.Б. Способы и средства спортивно- оздоровительного туризма в удовлетворении познавательного и спортивного интереса молодежи, бесконфликтного поведения во временном объединении [Текст] / П.Б. Волков // Всероссийская научно-практическая конференция «Молодежный спортивный и спортивно-оздоровительный туризм: современное состояние и перспективы развития», Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2016. – 21-24

УДК 796

Ю.И. Щербина, И.Р. Юсупов, И.И. Гумеров

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА РАЗВИТИЕ ОРГАНИЗМА

Башкирский государственный медицинский университет Минздрава России, г. Уфа, Россия, Juliakolesnikova2402@mail.ru

Аннотация. В данной статье мы разберем вопрос о том, какое физическое развитие имеют студенты и как влияет физические упражнения на развитие организма.

Ключевые слова. Здоровье; молодежь; студент; физическая культура; физические упражнения.

Y. Shcherbina, I. Yusypov, I. Gymerov

EFFECT OF PHYSICAL EXERCISE ON THE DEVELOPMENT ORGANISM

FGBOU Bashkir state medical University of Minzdrav of Russia, Ufa, Russia, Juliakolesnikova2402@mail.ru

Annotation. *The article we will examine the question of how the physical development of the stu dents and what is the impact of physical exercise on the development of the body.*

Key words. *Health; youth; student; physical culture; physical exercise.*

Проблема сохранения и целенаправленного формирования здоровья молодежи в сложных современных условиях развития России исключительно значима и актуальна, поскольку связана напрямую с проблемой безопасности и независимости.

Целью работы является изучение влияния физических упражнений на формирование здорового образа жизни.

Задачи работы: определить уровень влияния занятий физическими упражнениями на здоровье молодежи и формирование здорового образа жизни студентов посредством физического воспитания.

За последние годы в России произошло значительное качественное ухудшение здоровья студентов. По данным исследований, лишь 15% студентов могут считаться здоровыми, 40% имеют различную хроническую патологию.

За период обучения в ВУЗе число студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата увеличивается в 1,5 раза, нервными болезнями - в 2 раза, с аллергическими болезнями - в 3 раза, с близорукостью - в 6 раз.

Необходимым условием гармоничного развития личности студента является достаточная двигательная активность. Последние годы в силу высокой учебной нагрузки в вузе и дома и других причин у большинства молодежи отмечается дефицит в режиме дня, недостаточная двигательная активность, обусловливающая появление гипокинезии, которая может вызвать ряд серьезных осложнений в организме студентов.

Исследования показали, что до 96-98% дневного времени большинство студентов находятся в статистическом положении. Мало подвижное положение за рабочим столом влияет на функцию многих систем организма, таких как сердечно - сосудистая, дыхательная системы. При длительном сидении дыхание становится менее глубоким, обмен веществ снижается и тогда происходит застой крови, что ведёт к снижению работоспособности всего организма и особенно мозга, в результате чего снижается внимание, нарушается координация движений, ухудшается память.

Единственная помощь в нейтрализации отрицательного влияния, которая возникает при напряженном умственном труде - это активный отдых и организационная физическая активность.

В ходе работы нами проведен опрос среди студентов 4 курса. В опросе участвовали 60 человек. Были заданы следующие вопросы:

1) Какой образ жизни вы ведете?(активный, пассивный)
2) Часто ли вы используете выходные дни для активного отдыха?
3) Часто ли вы болеете?
4) Занимаетесь ли вы каким-либо видом спорта?

Результаты опроса приведены в виде диаграмм.

На 1 вопрос опроса 85% молодежи ответили, что ведут активный образ жизни, а остальные 15% - пассивный.(Рис.1).

На вопрос:"Часто ли вы используете выходные дни для активного отдыха" 65% опрошенных ответили, что регулярно (не менее 2,3 раз в месяц), 25% - иногда (2-3 раза в пол года) и 10% - никогда.(Рис.2).

На 3 вопрос опроса 35% студентов ответили, что болеют очень редко, 50% - болеют 3-4 раза в год, 15% - болеют очень часто.(Рис.3).

28% студентов регулярно посещают спортивные секции, периодически посещают спортивные секции - 59% молодежи и 13% - не занимаются спортом.(Рис.4).

Таким образом, исходя из результатов опроса, можно сделать вывод, что значительно большое количество опрошенных студентов занимаются спортом и реже болеют в течении года.

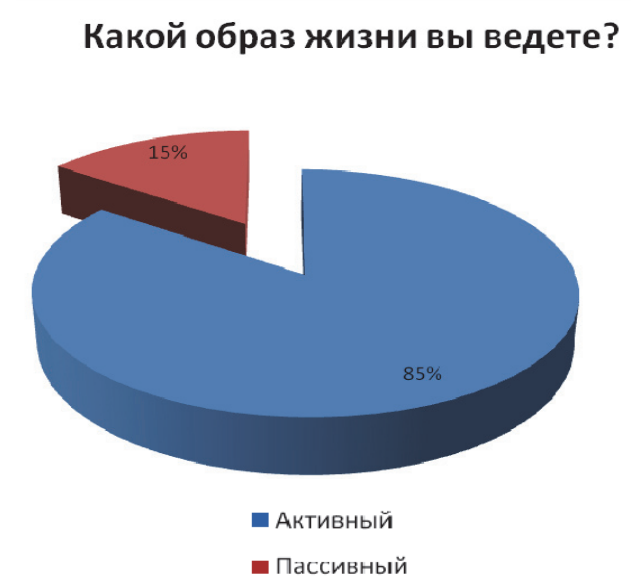


Рис.1-Результаты ответа на вопрос:"Какой образ жизни вы ведете"

Рис.2 - Ответы на вопрос:"Часто ли вы используете выходные дни для активного отдыха"

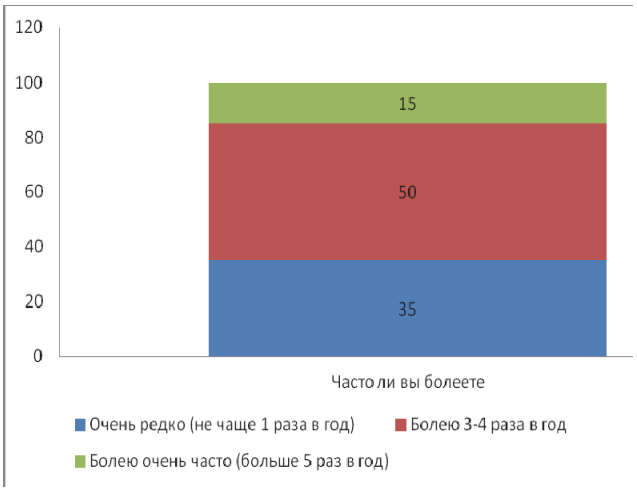


Рис.3 - Ответы студентов на вопрос:"Часто ли вы болеете?"

Рис.4 - Ответы молодежи на вопрос:"Занимаетесь ли вы каким-либо видом спорта?"

Заключение: Регулярные занятия спортом положительно влияют на все звенья двигательного аппарата, препятствуя развитие дегенеративных изменений, которые связаны с гиподинамией и возрастом. В результате занятий физической культурой происходит препятствие развитию остеопороза, так как повышается минерализация костной ткани и содержание кальция в организме человека, а также профилактика артроза и остеохондроза вследствие увеличения притока лимфы к суставным хрящам и межпозвоночным дискам.

Библиографический список:

1. Виленский М.Я., Горшков А.Г. "Физическая культура и здоровый образ жизни студента" - М.,2012.
2. Римашевская Н.М. "Здоровье человека - здоровье нации" - 2006.
3. Визитей Н. "Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений" - М., 2009.
4. Власенко А. С. "Некоторые вопросы воспитания студенчества на современном этапе" - М., 1987.

УДК 797.2

И.В. Ретюнский, А.В. Макаров, аспиранты
В.В. Пономарев д.п.н., профессор
Е.Н. Коноплева к.п.н., доцент

ФОРМИРОВАНИЕ ОБЩЕСТВЕННЫХ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ КАДРОВ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Сибирский государственный аэрокосмический университет им. академика М.Ф. Решетнева, г. Красноярск, Россия, kf.val.i.fk@mail.ru

Аннотация: *В современных условиях характеризующихся стремительным ростом научных знаний, информатизацией и интеллектуализацией общества, ориентацией государства на модернизацию образования, особое внимание уделяется не только качеству профессионального обучения студентов, но и общепрофессиональному становлению молодежи, в том числе и на основе формирования общественной физкультурно-спортивной деятельности в профессионально-образовательной среде вуза.*

Ключевые слова: *Профессиональное образование, студенты, общественные физкультурно-спортивные кадры, физическая культура.*

I. V. Retyunsky, A. V. Makarov
DPN, Professor Vladimir Ponomarev
CPN, associate Professor E. N. Konopleva

THE FORMATION OF PUBLIC PHYSICAL CULTURE AND SPORTS CADRES AMONG UNIVERSITY STUDENTS

Siberian state aerospace University. academician M. F. Reshetnev, Krasnoyarsk, Russia, e-mail: kf.val.i.fk@mail.ru

Abstract:*In modern conditions, characterized by rapid growth of scientific knowledge, Informatization and intellectualization of society, the focus of the state on modernization of education, special attention is paid not only to the quality of professional training of students, but also professional formation of young people, including through the establishment of public sports activities in the professional educational environment of the University.*

Key words: *Professional education, student physical culture and sports personnel, physical culture.*

Введение. В настоящее время предъявляются все новые требования к широкой и разносторонней подготовке специалистов, важным звеном из которых является создание в вузовской среде организационно-педагогических условий формирования и становления профессионально-личностной культуры студентов способствующей, приобретению теоретических знаний и практических умений, организации и проведения различных общественно-социальных мероприятий, через волонтерские движения и другие массовые мероприятия среди населения, с проектированием их в будущую профессиональную деятельность, что отражено в законе РФ (об образовании, 1996, 2008гг.), Национальной доктрине образования РФ до 2025г. (2002г.), Решении Президента Российского Союза ректоров (от 3 июня 2011г. №2), приказе министерства образования и науки РФ (от 22.10.2010г. №1060) и др. [1]

Таким образом, государство обозначает что, будущие специалисты с высшим образованием должны быть не только компетентными в своей отрасли, но и быть общественными организаторами и пропагандистами: различных массовых социальных мероприятий, в том числе и здорового образа жизни, занятий физической культурой и спортом на предприятиях и др. Учебная дисциплина «Физическая культура» культивируется в вузе четыре года, практически за данный период времени студенты получают высшее профессиональное образование, но при этом, к сожалению, почему-то мы не осуществляем подготовку спортсменов массовых разрядов, общественных судей по спорту, инструкторов по видам спорта и т.д. Тем самым студент неэффективно проходит курс физического воспитания в вузе, не формируется его общественный и профессионально-личностный потенциал для активиза-

ции населения в будущей трудовой деятельности на занятия спортом и ведение здорового образа жизни. [2,3]

Данная педагогическая ситуация говорит о низкой и не эффективной реализации учебно-методического потенциала дисциплины «Физическая культура» по формированию у будущих специалистов массовой спортивной культуры, здорового образа жизни, профессионально-прикладной физической подготовленности, имиджа спортивной нации. Все это в конечном итоге позволило бы не только пополнять ряды общества современными специалистами, но и быть активными общественными пропагандистами и агитаторами физической культуры и спорта среди всех слоев общества, в том числе на производстве, в семейной жизни, активизации населения на сдачу норм ГТО, что является в настоящее время одной из приоритетных задач физкультурно-спортивного движения в стране. [4]

Цель исследования – теоретически обосновать и разработать организационно-педагогические условия подготовки общественных физкультурно-спортивных кадров среди студентов в профессионально-образовательной среде вуза и проверить их эффективность в педагогическом эксперименте.

Методы исследования – анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования, анкетирование, опрос, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, методы оценки готовности студентов к общественной физкультурно-спортивной деятельности, статистический анализ результатов педагогического эксперимента.

Организация исследования: В исследовании приняли участие студенты 1-3 курсов Сибирского государственного университета путей сообщения (г. Новосибирск). Педагогический эксперимент проводился с 2008 по 2012 гг. Объем общей выборки составил 170 студентов, где 80 человек занимались по экспериментальной программе и 90 человек составили контрольную группу, которые занимались физической культурой по Федеральной программе. Все студенты прошли медицинский осмотр и были допущены к учебно-практическим занятиям в основной и подготовительных группах.

Результаты исследования и их обсуждение.

Основываясь на теоретических предположениях о том, что продуктивность реализации учебно-методического потенциала дисциплины «Физическая культура» в вузе значительно повысится, если его скорректировать на подготовку общественных физкультурно-спортивных кадров, среди студентов на основе следующих организационно-педагогических условий:

- ориентировать студентов на участие в общественной физкультурно-спортивной деятельности, как сопутствующее условие профессионально-личностного становления молодежи в вузе;

- сформировать структуру и наполнить содержанием организационно-педагогические условия подготовки общественных физкультурно-спортивных кадров среди студентов вуза, в процессе реализации учебного курса дисциплины «Физическая культура» включающие: программно-методическое сопровождение, материально-техническую базу, методику диагностики готовности студентов к общественной физкультурно-спортивной деятельности;

- разработать содержание вариативной программы обеспечения подготовки общественных физкультурно-спортивных кадров среди студентов в профессионально-образовательной среде вуза включающее: теоретический материал, методическо-практическое содержание обучения общественно-физкультурной деятельности, методику контроля и коррекции результатов подготовки общественных кадров;

- разработать блоки критерии оценки сформированности готовности студентов вуза к общественной физкультурно-спортивной деятельности, включающие следующие блоки контроля: теоретический, общефизический, специально-технический, методический, основы первой медицинской помощи, педагогическая практика.

На основании выше указанных теоретических предположений и последующей разработки организационно-педагогических условий была проведена опытно-экспериментальная работа.

По окончанию экспериментальной работы был проведён анализ полученных результатов.

Анализ проводился по следующим показателям: теоретические знания студентов об общих основах занятий физической культурой и спортом, общая физическая подготовка, методика организации и проведения простейших занятий физической культурой (разминка, ОФП и др.) и спортивно-массовых мероприятий (по кроссу, лыжным гонкам, спортивным играм, сдача нормативов по ОФП и др.). Оценивались студенты экспериментальной и контрольной групп по результатам трехлетнего обучения на учебной дисциплине «Физическая культура», где студенты контрольной группы занимались по общепринятой федеральной программе, а студенты экспериментальной группы кроме прохождения базового курса программы «Физическая культура» ещё занимались по экспериментальной программе, разработанной на основе вариативной части, где они проходили подготовку инструкторов по плаванию.

Показатели по общей физической подготовке (средние) за три года занятий физической культурой у студентов контрольной группы следующие: в прыжке в длину с места прирост составил 5,3% ($p>0,05$), в беге на 100 метров 0,8% ($p>0,05$), бег на 3000 метров 2,1% ($p>0,05$) и подтягивание на высокой перекладине 23,9% ($p<0,05$); в экспериментальной группе прирост составил в среднем (X): в прыжке в длину с места 6,9% ($p<0,05$), в беге на 100 метров 2,6% ($p<0,05$), в беге на 3000 метров 5,7% ($p<0,05$) и в подтягивании на высокой перекладине 30,8% ($p<0,05$).

Таким образом, общий средний прирост общей физической подготовленности у студентов экспериментальной группы за три года составил 11,5% ($p<0,05$).

В то же время в контрольной группе прирост составил всего 7,9% ($p>0,05$).

По результатам выполненной работы были сделаны следующие **выводы:**

1.Установлено, что недостаточно эффективно используется учебно-методический потенциал дисциплины «Физическая культура» в высшей школе. Направленность действующего процесса физического воспитания студентов в вузе – это, прежде всего развитие и поддержание физических качеств, что делает его узконаправленным и неперспективным. Поэтому актуализация учебной дисциплины «Физическая культура» в вузе на подготовку общественных физкультурно-спортивных кадров из числа студентов, есть современная гуманистически-ориентированная образовательная парадигма в разносторонней социально-общественной подготовке будущих специалистов.

2.Разработана структура и содержание организационно-педагогических условий подготовки общественных физкультурно-спортивных кадров среди студентов вуза в процессе реализации учебной дисциплины «Физическая культура», включающие: компетентный педагогический коллектив, материально-техническое обеспечение, программно-методическое обеспечение и диагностику результатов подготовки общественных физкультурно-спортивных кадров среди студентов. Для реализации содержания организационно-педагогических условий были разработаны следующие этапы: предварительно-ознакомительный (первый год обучения), базово-формирующий (второй год обучения) и практико-реализующий (третий год обучения).

3.Разработана экспериментальная вариативная программа подготовки общественных инструкторов по плаванию среди студентов вуза, включающая: теоретический материал, направленный на формирование теоретических знаний; методический материал, направленный на формирование методических знаний и умений у студентов обучения занимающихся различным способом плавания; практический материал, направленный на обучение студентов различным способам плавания и соответственно подготовку из них спортсменов-

разрядников по плаванию и контрольный раздел программы направлен на коррекцию и контроль создания подготовки инструкторов по плаванию.

4.Определены критерии оценки сформированности готовности студентов к общественной физкультурно-спортивной деятельности, которые включают следующие блоки: теоретико-методический (оценка теоретических знаний и методических умений), спортивно-практический (выполнение спортивного разряда по любому способу плавания, оценка сформированности техники выполнения различных видов физических упражнений), техника безопасности на учебно-практических занятиях, первая медицинская помощь.

5. Таким образом, результаты педагогического эксперимента показали высокую эффективность организационно-педагогических условий подготовки общественных физкультурно-спортивных кадров среди студентов вуза в процессе реализации учебного курса дисциплины «Физическая культура», что значительно повышает эффективность и продуктивность физического воспитания студенческой молодёжи в высшей школе и рекомендуется для широкого использования в вузах страны.

Библиографический список:

1.Ретюнский, И.В. Подготовка инструкторов-общественников из среды студентов в процессе физического воспитания в вузе [Текст] /И.В. Ретюнский, В.В. Пономарев // Теория и практика физической культуры. - 2013. - № 7. - С. 47.

2.Пономарев В.В. Организационно-педагогические условия подготовки инструкторов-общественников по плаванию среди студентов вуза в процессе общего учебного курса по дисциплине «Физическая культура» [Текст] / И.В. Ретюнский, В.В. Пономарев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2013. - № 1. - С. 20.

3.Ретюнский, И.В. Формирование физкультурно-спортивных компетенций у студентов технического вуза в процессе профессионального образования [Текст] / И.В. Ретюнский, В.В. Пономарев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. - №4. – С. 23-34.

4.Пономарев В.В. Интеграция подготовки инструкторов по плаванию и профессионального становления студентов технического вуза. Монография [Текст] / И.В. Ретюнский, В.В. Пономарев. – Красноярск: СибГТУ, 2013. – 156 с.

УДК 796/799

О.В. Кононова, Е.В. Исупова

АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ И ПОТРЕБНОСТЬ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ФГБОУ ВО «Удмуртский государственный университет», г. Ижевск, Российская Федерация, kononolya@mail.ru

Аннотация. Проведено исследование с целью определения отношения студента к самостоятельным занятиям физической культурой, потребности к регулярной двигательной активности, к здоровому образу жизни.

Ключевые слова: физическая культура, физическая активность, умение плавать, комплекс ГТО.

Kononova O.V., Isupova E.V.

STUDENTS' PHYSICAL ACTIVITY ANALYSIS AND THEIR NEED FOR PHYSICAL CULTURE

Udmurt State University, Izhevsk, Russia, kononolya@mail.ru

Annotation. There was a research taken to determine the students attitude to the following facts: solo sports trainings, their needs for regular physical activity, leading a healthy lifestyle.

Keywords: physical culture, physical activity, swimming, GTO skills complex.

Активные занятия физической культурой являются обязательной и неотъемлемой составляющей здорового образа жизни, средством укрепления и восстановления здоровья. В связи с этим целью физического воспитания в вузе является формирование личности,

способной активно использовать средства физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, приобщение к регулярным занятиям физическими упражнениями, а также воспитание потребности к самостоятельным занятиям любимым видом спорта в свободное время.

Мы провели опрос с целью изучения отношения студентов к физической культуре, их физической активности и потребности в занятиях физической культурой самостоятельно.

В опросе приняли участие 87 студентов четвертого курса дневного обучения Удмуртского государственного университета. Программа обучения предусматривает практические занятия по дисциплине "Физическая культура" на 1-3 курсах два раза в неделю. На следующих курсах регулярных обязательных занятий нет.

Обязательные занятия физической культурой на 1-3 курсах 89 % опрошенных студентов считают нужными, полезными для здоровья и физического состояния. Однако на четвертом курсе самостоятельно и регулярно занимаются только 30 %, от случая к случаю 45 %, а 25 % не занимаются вовсе.

В течение учебного года среди студентов проводятся соревнования по различным видам спорта. На 1-3 курсах в них принимают участие 55% опрошенных студентов, а на четвертом курсе лишь 8 %.

В условиях отсутствия внешней мотивации в виде обязательных занятий физической культурой, влияние на двигательную активность оказывает недостаток свободного времени у студентов старших курсов или неумение организовать свой распорядок дня. Между тем, снижение двигательной активности студентов приводит к росту отклонений в состоянии здоровья.

На вопрос о целесообразности включения в курс физической культуры на 1-3 курсах, помимо практических, еще и теоретических занятий по физической культуре, только 26% студентов отмечают их необходимость, 74% ответили отрицательно и считают оптимальным получение теоретических знаний непосредственно в процессе практических занятий физической культурой. В то же время, 11% всех опрошенных не видят никакого смысла и в практических занятиях, и считают их пустой тратой времени. Радует, что процент таких студентов невелик.

В опросе мы также затронули вопрос овладения навыком плавания. Умение плавать бесспорно является жизненно необходимым. Огромное количество несчастных случаев на воде происходит лишь из-за того, что люди не умели плавать.

Навык плавания необходим человеку в повседневной жизни, так как активный отдых, зачастую, включает плавание в водоемах и бассейнах. Умение плавать помогает людям многих профессий.

Большинство, опрошенных нами студентов (84%), считают навык плавания жизненно необходимым фактором, но 1/3 из них сами плавать не умеют.

Умение плавать может очень пригодиться в жизни, а неумение может привести к трагедии. А ведь научиться плавать может каждый, совершенно независимо от врожденных задатков и способностей.

В данном опросе мы поинтересовались отношением студентов к возрождению в нашей стране комплекса ГТО. В результате 58% респондентов не желают сдавать нормативы комплекса, остальные относятся позитивно. А из числа сторонников комплекса ГТО 64% уже приняли в этом участие.

Заинтересовать студентов упражнениями и нормативами ГТО достаточно непросто. Для эффективной реализации комплекса требуется сформировать у молодежи осознанное желание заниматься физической культурой. Также необходимо формирование личных мотивов занятий физическими упражнениями. В современной социальной обстановке мотивационные приоритеты студентов смещены в сторону экономических проблем. Поэтому для формирования устойчивого интереса среди молодых людей занятиями физической культу-

рой важное значение играет доступность спортивных учреждений и материальные поощрения.

Современная жизнь в условиях информационного и научно-технического прогресса способствует гиподинамии и снижению физической активности, не требует физических усилий. Необходимо воспитывать у молодежи устойчивую мотивацию к сохранению собственного здоровья и формировать знания, умения и навыки для самостоятельных занятий физической культурой.

УДК 373. 291

Т.П. Завьялова, канд.пед.наук, доцент

МОНИТОРИНГ ГОТОВНОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ТЮМЕНИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО 1 СТУПЕНИ

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, zavyalova53@mail.ru

Аннотация: в статье на основе проведенных мониторинговых исследований физического здоровья старших дошкольников, проведенных с участием 630 детей, проанализированы потенциальные возможности уровня физической подготовленности при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»

Ключевые слова: дошкольное физическое воспитание, физическая подготовленность, выпускники детского сада, нормы комплекса «ГТО»

T. Zavyalova
cand. of ped. science, assistant Professor

MONITORING the READINESS of SENIOR PRESCHOOL CHILDREN to implement STANDARDS of TYUMEN COMPLEX GTO 1 STAGE

Tyumen State University, Tyumen, Russia, zavyalova53@mail.ru

Annotation. In an article on the basis of monitoring studies of physical health of senior preschool children, held with the participation of 630 children, analyzed the potential physical fitness level when performing standards Nationwide sports complex "GTO."

Keyword. Preschool physical education, physical readiness, kindergarten graduates, the rules of complex "GTO"

В дошкольном образовании действует Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС), принятый в 2014 году [3]. Одной из главных задач стандарта является обеспечение преемственности между дошкольным и начальным школьным образованием. Обращение к проблеме преемственности на этих ответственных этапах жизни человека не напрасно, поскольку именно преемственность создает общий благоприятный фон для физического, эмоционального и интеллектуального развития ребёнка в детском саду и начальной школе. Суть преемственности для детского сада состоит в постепенном развитии и углублении знаний, в усложнении требований к интеллектуальной деятельности, в сформированности социально-коммуникативных качеств будущего школьника. Эта сложнейшая работа всего педагогического коллектива детского сада и она не может быть успешной, если ребенок физически не готов к ней. Немаловажная роль в этом процессе отведена инструктору по физической культуре.

Физическая готовность определяется состоянием здоровья, уровнем морфофункциональной зрелости организма ребенка, в том числе двигательных навыков и развитием физических качеств потенциального первоклассника. Изучением физической готовности, решением проблемы преемственности дошкольного и школьного образования озабочены многие ученые и практики [2;4]. Рассматривая физическую готовность дошкольника в аспекте преемственности, имеет смысл обратиться к сравнению итоговых результатов, к которым относятся показатели физической подготовленности, проявляемые в развитии физических кон-

диций и координационных способностей с нормативными требованиями физкультурно-спортивного комплекса ГТО 1 ступени.

Таким образом, показатели физической подготовленности будущих первоклассников имеют особое значение, как в плане обеспечения преемственности, так и в подготовке ребенка к обучению в начальной школе на фоне оптимальной физической готовности.

Цель исследования – изучение готовности выпускников детского сада к выполнению нормативов 1 ступени комплекса ГТО.

Педагогический эксперимент, носящий констатирующий характер был организован в дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ) города Тюмени и проходил в два этапа: осенью 2015 года и весной 2016 года. Общее количество мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста, составило 655 человек. Оба этапа мониторинга физического здоровья дошкольников включали тестовые двигательные задания, антропометрические измерения и функциональные пробы, рекомендованные Всероссийским научно-исследовательским институтом физической культуры при проведении общероссийского мониторинга физической подготовленности детей [1].

Основные результаты исследования. С помощью компьютерной программы был обработан большой массив данных, позволивших выявить средне-групповые показатели двигательных способностей, оценить отдельные показатели физического и функционального развития детей старшего дошкольного возраста. Более глубоко изучались показатели выпускников детского сада и сравнивались с нормативными требованиями 1 ступени ГТО для первоклассников. Приведем результаты сравнительного анализа показателей физической подготовленности с нормативными требованиями 1 ступени ГТО, рекомендованных для первоклассников.

Скоростные способности. Изучение результатов тестирования скоростных способностей позволяет предположить, что выпускники детского сада (как мальчики, так и девочки) города Тюмени выполняют минимальные средние требования для сдачи нормативов комплекса ГТО. Но этот позитивный вывод касается не всех детей. Итоговое тестирование выявило, что на низком и среднем уровне развития этого качества оказалось 29.2 % мальчиков и 24.9 % девочек. Следовательно, инструкторам по физической культуре важно стимулировать развитие быстроты у детей с недостаточным уровнем его развития.

Общая выносливость. Особый интерес представляли результаты общей выносливости. Известно, что необходимость развития выносливости с дошкольного возраста обусловлена тем, что позволяет укрепить организм ребенка и, в первую очередь, сердечно-сосудистую, дыхательную, костно-мышечную системы, что оказывает благоприятное воздействие на физическое и психическое здоровье ребёнка, в целом способствуя его всестороннему гармоническому развитию. Большое значение имеет развитие выносливости для формирования волевых качеств личности, черт характера человека: целеустремленности, настойчивости, упорства, смелости и решительности, уверенности в своих силах.

Можно констатировать, что за период исследования выпускники детского сада улучшили средне-групповой показатель общей выносливости (от ниже среднего к среднему уровню развития). Но такая динамика уровневых характеристик не вызывает удовлетворения: так, в беге на 300м обнаружено 30% мальчиков с ниже средним уровнем развития и 31.7 % девочек с низким и ниже среднего уровнем развития общей выносливости. Вероятно, специалисты по физической культуре не достаточно стимулировали развитие этой важнейшей физической кондиции, которая создаёт определённые предпосылки к подготовке ребёнка к школе, лучшему усвоению знаний по общеобразовательным предметам.

Для учащихся первых классов предусмотрен тест на смешанное передвижение по дистанции 1 км без учета времени. Возникает вопрос: справятся ли потенциальные первоклассники с этим обязательным тестом, имея средний уровень развития общей выносливости?

Силовые способности. Оптимальный уровень развития силы способствует гармоничности растущего организма ребёнка. Силовая подготовка стимулирует дееспособность ткани, функциональных систем и организма в целом, способствует более полному проявлению быстроты, ловкости, выносливости, гибкости растущего организма ребенка. Практика физкультурного образования дошкольников показывает, что более информативным считается тест - сгибание туловища в сед из положения лежа за 30 с.

Мониторинговые исследования показали, что развитие силы у тюменских дошкольников в настоящий период не вызывают серьезных опасений. Отмечается положительная динамика в нарастании результата у мальчиков уровень развития силы перешел от вышесреднего к высокому, а у девочек от среднего к вышесреднему уровню развития силы. Показатели темпов прироста этой физической кондиции у выпускников детского сада оцениваются на оценку «отлично». но надо указать, что в группе обследованных детей всё же выявлены дети с неблагоприятными уровневыми характеристиками. Так, у мальчиков подготовительной группы их оказалось 10,2 %, у девочек - 10 %. Этот вывод крайне важен для решения проблемы преемственности дошкольного и начального школьного физкультурного образования.

К обязательным силовым тестам для первоклассников относят упражнения на подтягивание из виса на перекладине или сгибание, разгибание рук в упоре лежа. К сожалению, силовой тест для дошкольников не совпадает с обязательными тестами начальной школы, а потому мы не можем сравнить полученные результаты нашего исследования с требованиями школьного стандарта. Но, думается, что части дошкольников, имеющих низкий уровень развития силы, будет весьма затруднительно справиться с силовыми тестами для первоклассников.

Скоростно-силовые способности. Скоростно-силовые способности старших дошкольников проверялись прыжком в длину с места. Итоговое тестирование показало, что, не смотря на положительную динамику средне-групповых значений развития быстрой силы у выпускников детского сада - уровневые характеристики к концу учебного года не изменились.

В соответствии с нормативными требованиями 1 ступени комплекса ГТО прыжок в длину с места является для первоклассников тестом по выбору. Мы сопоставили результаты теста, полученные в конце учебного года и, выяснили, что потенциал мальчиков не велик. Так, результат прыжка (112.2 см) не соответствует даже требованиям на получение бронзового значка (115 см). Видимо, с данным тестом смогут справиться девочки.

Этот факт можно объяснить следующими положениями: данный тест является определенным интегральным показателем физической подготовленности дошкольников. Изменение его результата связано с изменением скорости бега, метательными движениями, а также координационными способностями. К сожалению, метание предметов не стало являться обязательным диагностическим упражнением в детском саду (что не стимулирует развитие скоростной силы), а изучение показателей общих координационных способностей у тюменских детей показало неудовлетворительный прирост результатов. Следовательно, напрашивается вывод о необходимости применения более грамотной методики развития скоростно-силовых и общих координационных способностей.

Гибкость. Важность и значение гибкости не подлежат сомнению. Гибкость дает легкость, свободу действий, непринуждённость движений, умение как концентрировать силы своего тела, так и расслаблять его. Негибкий ребенок тратит гораздо большее количество энергии, а значит, у него быстрее наступает утомление. Оценка этого физического качества осуществлялась с помощью упражнения наклона вперед из положения стоя. Рассмотрим полученные результаты итогового тестирования будущих первоклассников.

В целом отмечается положительная динамика средне-групповых показателей изучаемой физической кондиции, но уровневые характеристики гибкости как у мальчиков, так и у девочек к концу учебного года остались на среднем уровне развития. Кроме того, обнаружен

большой процент детей с неблагоприятными (низким и ниже среднего) уровневыми характеристиками (31.1 % - мальчики, 26.9 % - девочки). Таким образом, преобладающий средний уровень развития гибкости и большой процент детей с неблагоприятными уровневыми характеристиками, отсутствие эффективной динамики уровневых характеристик - не вселяют уверенность, в то, что выпускники детского сада успешно выполнят нормативные требования комплекса ГТО.

Приведенные нормативные требования, к сожалению, не указывают конкретный цифровой показатель гибкости позвоночного столба, поэтому трудно сопоставить наши данные с требованиями для первоклассников. Поскольку у большинства обследованных детей зарегистрирована положительная гибкость, то хочется верить, что тюменские дети выполнят обязательный тест на гибкость.

Общие координационные способности. Для измерения общих координационных способностей (ОКС) в системе дошкольного физического воспитания принят тест: челночный бег 3х5 м (с), или 3х10 м (с). К сожалению, методики тестирования ОКС очень разнятся. В нашем исследовании старшие дошкольники выполняли челночный бег 3х10 м (с).

Рассматривая уровневые характеристики ОКС, можно констатировать, что дети в течение учебного года не смогли существенно улучшить изучаемый показатель. Как в начале года, так и в конце отмечен выше среднего уровень развития ОКС. Анализируя результаты мальчиков и девочек в тесте челночный бег 3х10 мс, итоговое тестирование определило большее количество девочек (20.8 %) в сравнении с мальчиками (13.3 %), имеющих низкий и ниже среднего уровень развития ОКС. Отметим, что по сравнению с началом учебного года количество мальчиков с такими уровневыми характеристиками уменьшилось, а количество девочек увеличилось на 5 %.

Изучив школьные нормативные показатели по координационному тесту, к сожалению, мы не можем сопоставить результаты нашего исследования с требованиями для первоклассников, поскольку содержание теста в детском саду отличается от школьного теста. Тем не менее, можно предположить, что отсутствие эффективной динамики уровневых характеристик ОКС, увеличение детей с низкими уровневыми характеристиками не могут стать надежным основанием для подготовки будущих учеников первого класса к выполнению теста - челночный бег 3х10 м (с).

Мониторинговые исследования физического здоровья старших дошкольников предусматривали проведение динамометрии. Результаты итоговой динамометрии у дошкольников подготовительных к школе групп показали, что средне - групповые результаты силы кисти рук увеличились, но уровневые характеристики к концу учебного года находятся в диапазоне от низкого к среднему уровню развития. Следовательно, при переходе в школу будущие первоклассники будут затрудняться с выполнением обязательного силового теста «Подтягивание из виса на перекладине».

Выводы. Анализ литературных источников и собственные исследования позволили установить некоторые причины, объясняющие сложившиеся положение:

- развитие двигательных качеств и обучение двигательным действия являются двусторонним и взаимосвязанным процессом, но в практической деятельности педагоги по физической культуре не оправданно мало уделяют внимания целенаправленному развитию физических качеств;

- к числу причин, не позволяющих выполнить нормативные требования 1 ступени комплекса ГТО будущими первоклассниками, следует отнести не достаточно высокий уровень физкультурной грамотности педагогов в вопросах физкультурно-оздоровительной работы, это касается не только инструкторов по физической культуре, но и воспитателей, с которыми дети проводят большую часть времени и стимулируют их двигательную активность;

- преемственность дошкольного физкультурного образования может и должна осуществляться лишь при тесном взаимодействии педагогов обоих ступеней образования, как детского сада, так и школы, но такое взаимодействие пока не реализуется в ДОУ г. Тюмени;

-для решения проблемы преемственности важно организовать конструктивное взаимодействие инструкторов по физической культуре детских садов с учителями начальных классов в форме совместных педсоветов, взаимопосещений, семинаров и др.

Литература

1. Постановление Правительства РФ «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» от 29.12.2001 г. № 916 // Российская газета, 2002. 12 января.

2. Семенов, Л.А. Состояние кондиционной физической подготовленности детей-выпускников дошкольных образовательных организаций в контексте реализации требований ФГОС / Л.А.Семенов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2016. -№1. – С.26-28.

3.Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден Приказом Министерства образования и науки № 1155 от 17.10.2013.

4.Чащина, О. Ю. Преемственность уровней дошкольного и начального общего образования в рамках ФГОС / О. Ю. Чащина, С. Н. Аллерборн // Молодой ученый. -2015. -№21. -С. 842-844.

УДК 796:338.28

Д.Н. Гаврилов, к.п.н.; доцент; Д.Н. Пухов

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КЛУБ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА

ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», dngavrilov@ya.ru

Аннотация. В статье приводится обзор этапов развития клубов, рассматриваются результаты ознакомления с опытом проведения занятий физической культурой по месту жительства в Санкт-Петербурге.

Ключевые слова: оздоровительная физическая культура, тестирование, физкультурно-оздоровительный клуб, программы занятий.

D.N. Gavrilov, PhD, Associate Professor
D.N. Pukhov, Researcher

FITNESS CLUB FOR THE ORGANIZATION OF OCCUPATIONS BY PHYSICAL CULTURE AT THE PLACE OF RESIDENCE

St. Petersburg Scientific-Research Institute for Physical Culture, dngavrilov@ya.ru

Abstract. The article provides an overview of the stages of development of the club movement, discusses the results of familiarization with the experience of conducting physical training at the place of residence in St. Petersburg.

Keywords: wellness physical education, testing, health club, exercise program.

Одним из средств для привлечения к регулярным занятиям физической культурой разных слоев населения является создание устойчивой мотивации. У человека должен появиться интерес к занятиям. Недостаточно знать, что занятия физической культурой полезны, они должны быть еще и интересны по содержанию, по форме, по доступности и т.д. По нашему мнению, наиболее подходящей формой организации занятий физической культурой с населением является физкультурно-оздоровительный клуб.

Клуб - это общественная организация, добровольно объединяющая группы людей с различными интересами для общения, совместных занятий, отдыха и развлечений [1, с.324].

Современная история клубов насчитывает несколько веков. В России признают, что родиной современной клубной традиции является Англия. Первые российские клубы появились в 1770 и 1772 годах и назывались Петербургское Английское собрание и Московское Английское собрание - это были элитарные заведения царской России.

Спортивные клубы России прошли в своем развитии несколько этапов. В досоциалистической России спортивные клубы создавались по территориальному принципу и были основной формой первичных спортивных организаций. После октябрьской революции дореволюционные спортивные клубы были закрыты как буржуазные организации.

В СССР спортивные клубы стали возрождаться в начале 60-х годов и создавались по производственному принципу. Звание «Спортивный клуб» присваивалось коллективу физической культуры предприятия, добившемуся высоких показателей в организации физкультурно-спортивной работы среди трудящихся данного предприятия и выполнившего установленные требования [2, 175 с.].

В настоящее время в России работает большое количество физкультурно-оздоровительных, спортивно-оздоровительных, спортивных клубов разной формы собственности. В данном случае нас интересует физкультурно-оздоровительные клубы, наиболее пригодные для занятий физической культурой с населением по месту жительства.

Определенный интерес представляет многолетняя работа такого клуба в Санкт-Петербурге (таблица 1). Клуб был создан в 1994 г как группа здоровья для волонтеров Игр Доброй воли. В дальнейшем он постепенно перерос в физкультурно-оздоровительный клуб, в котором кроме физических упражнений давались знания по основам здорового образа жизни, методические навыки, создавались условия для развития творческих способностей и осуществлялся постоянный медицинский и педагогический контроль за занимающимися [3, с. 38-56].

Таблица 1 – Средства занятий в физкультурно-оздоровительном клубе муниципального образования «Пороховые»

Направление работы	Используемые средства
Физические упражнения	Традиционные, нетрадиционные, природные факторы
Знания	По основам здорового образа жизни
Методические навыки	Практика проведения отдельных частей занятий и всего занятия
Развитие творческих способностей	Написание и издание сборников рассказов и стихов
Медицинский и педагогический контроль	Тестирование и мониторинг физического состояния
Проведение спортивных праздников	Участие в показательных выступлениях, конкурсах

Расширение средств занятий в физкультурно-оздоровительном клубе (ФОК) сделало его более привлекательным для занимающихся. Это подтвердилось тем, что многие из них до настоящего времени регулярно посещают занятия и ежегодно высказывают пожелание продолжать заниматься. Испытание временем подтвердило правильность выбора организационной формы ФОК для занятий физической культурой с населением по месту жительства.

Еще одним доказательством эффективности работы ФОК являются результаты тестирования и оценки физического состояния занимающихся (таблица 2).

По результатам тестирования установлено, что после проведения 56 занятий достоверно улучшились показатели АД диастолического, жизненной емкости легких, ЧСС в ортопробе и координации.

Таким образом, по объективным показателям была подтверждена эффективность занятий в ФОК.

Таблица 2 – Сравнительные результаты тестирования физического состояния занимающихся в клубе «Пороховые» (женщины, n=25, $\bar{X} \pm \sigma$)

Показатели	Первое обследование	Второе обследование	Достоверность различий
Возраст, лет	67,5±1,9	68,1±1,6	>0,05
ЧСС в покое, уд/мин	73,1±1,5	72,7±2,4	>0,05
АД систолическое, мм рт.ст.	118,3±3,9	123,2±6,1	>0,05
АД диастолическое, мм рт.ст.	82,6±1,9	72,9±2,5	<0,05
Вес, кг	63,4±3,5	64,7±2,8	>0,05
Жизненная емкость легких, мл	2030,7±131,7	2177,2±121,6	<0,05
Ортопроба, уд/мин	81,9±2,1	77,2±1,9	<0,05
Координация, с	7,6±0,7	10,1±2,4	<0,05

Еще два подобных клуба создавались и функционируют в С-Петербурге. Муниципальный клуб «Малая Охта» был организован по инициативе Архипова А.Ю. Он располагается в Красногвардейском районе С-Петербурга и по содержанию используемых средств похож на выше приведенный. Другой клуб - «Школа ЗОЖ» организован Платоновой Т.В. Он существует более 25 лет. Он представляет собой выездную модель школы ЗОЖ и проводит ежегодно два выезда на море (весной и осенью) по 12 дней каждый. В набор используемых средств добавляется воздействие природных факторов.

Финансовое обеспечение муниципального клуба по месту жительства осуществляется в виде субсидий из муниципального бюджета. На практике это бывает в том случае, если администрация муниципалитета посчитает финансирование этой деятельности более важной, чем другой. В приведенных примерах работы ФОК муниципального финансирования получено не было. Все три клуба работают благодаря энтузиазму организаторов и нуждаются в финансовой поддержке.

Таким образом, многолетними испытаниями установлено, что физкультурно-оздоровительный клуб как организационная форма для проведения занятий физической культурой с населением по месту жительства зарекомендовал себя как наиболее приемлемая форма приобщения молодежи, взрослого населения, пенсионеров, лиц с ограниченными возможностями к регулярным занятиям разными видами двигательной активности. Клубная работа является более привлекательной благодаря многообразию используемых средств и форм занятий. В то же время вопросы финансирования для деятельности физкультурно-оздоровительных клубов требуют более тщательной законодательной проработки.

Литература

1. Большая Советская Энциклопедия. В 30-ти т. Т.12. М.: Советская энциклопедия, 1973. С. 324.

2. Бондаренко, М.П. Совершенствование процесса организации деятельности физкультурно-оздоровительных клубов Волгограда: монография [Текст] / М.П.Бондаренко, М.П.Лях. - Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2012. - 175 с.

3. Гаврилов, Д.Н. Физкультурно-оздоровительный клуб по месту жительства населения [Текст] / Д.Н.Гаврилов, Д.Н.Пухов, А.В. Малинин // «Вопросы современной науки»: коллект. науч. монография; [под ред. Н.Р. Красовской]. - М.: Изд. Интернаука, 2016. Т. 12. - С. 38-56.

Е. В. Квашнина, к.п.н., доцент
О. А. Иваненко, к.п.н., доцент

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕВОЧЕК 7-8 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ

Уральский Государственный университет физической культуры, г. Челябинск, Россия, alenakvashnina@gmail.com

Аннотация: в статье представлены результаты применения модернизированных комплексов на бревне и батуте, направленных на повышение уровня координационных способностей и качества выполнения соревновательной композиции девочек 7-8 лет, занимающихся спортивной гимнастикой.

Ключевые слова: спортивная гимнастика, координационные способности, девочки 7-8 лет, упражнения на бревне, батуте.

E. V. Kvashnina, k.p.n., docent
O. A. Ivanenko, k.p.n., docent

METHODOLOGY DEVELOPMENT COORDINATION ABILITIES OF GIRLS OF 7-8 YEARS INVOLVED IN GYMNASTICS

Ural State University of physical culture, Chelyabinsk, Russia alenakvashnina@gmail.com

Abstract: The article presents the results of application of the modernized complex on the balance beam and trampoline, aimed at increasing the level of coordination abilities and the quality of performance of competitive compositions girls 7-8 years engaged in gymnastics.

Key words: gymnastics, coordination ability, girls 7-8, exercises on the balance beam, the trampoline.

Актуальность. Спортивная гимнастика является Олимпийским видом спорта. С каждым годом становятся сложнее программы, тем самым предъявляются повышенные требования к уровню физической подготовленности гимнасток.

С точки зрения физической подготовки, современная спортивная гимнастика отличается чрезвычайно высокими требованиями к координации и амплитуде движений гимнасток, что принципиально возможно демонстрировать при высоком уровне развития специальной выносливости. В координационном плане особое значимы способность к пространственной ориентации, статическое и динамическое равновесие, чувство ритма, в плане амплитуды движений – гибкость [4, с. 154-155].

Спортивная гимнастика относится к видам спорта, в которых координационные способности играют ведущую роль в достижении высокого результата. В последнее десятилетие в спортивной гимнастике произошли значительные изменения, связанные с увеличением сложности, риска выполняемых упражнений. Выполнение сложных вращательных движений в безопорном положении в пространстве предполагает достаточно совершенную функцию различных анализаторов, поэтому проблема изучения состояния вестибулярного аппарата у юных гимнасток и дальнейшее его совершенствование в тренировочном процессе очень важно и является одной из главнейших задач для тренеров по спортивной гимнастике [2].

Ряд авторов посвятили свои научные работы проблеме развития специальных координационных способностей [1; 3]. По их мнению, в процессе развития координационных способностей следует соблюдать: грамотное планирование тренировочных занятий, подбор средств и методов, направленных на развитие координационных способностей, и компоненты нагрузки.

Однако в научной литературе на фоне большого количества работ, посвященных этой проблематике, вопросы, связанные с развитием координационных способностей в

гимнастических сложнокоординационных видах спорта девочек в возрасте от 7 до 8 лет недостаточно изучены, что и обусловливает актуальность данного исследования.

Цель исследования – разработать и экспериментально обосновать методику развития координационных способностей у девочек 7-8 лет, занимающихся спортивной гимнастикой.

Задачи исследования:

1 Изучить структуру, виды, определить критерии оценки показателей координационных способностей, а также теоретико-методические подходы к их развитию в спортивной гимнастике.

2 Выявить уровень развития координационных способностей девочек 7-8 лет, занимающихся спортивной гимнастикой.

3 Разработать содержание средств и методов, направленных на развитие координационных способностей у юных гимнасток.

4 Оценить эффективность применения методики развития координационных способностей у девочек 7-8 лет в спортивной гимнастике.

Организация исследования. Исследование проводилось на базе специализированной детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва по спортивной гимнастике №4 г. Челябинска в период с сентября 2015 по май 2016 года. В исследовании принимало участие две группы девочек (контрольная и экспериментальная) в составе 10 человек, в возрастной категории от 7 до 8 лет, выступающих по программе 1 юношеского разряда.

На основе изучения содержания программ по спортивной гимнастике, особенностей тренировочного процесса гимнастов, форм и методов проведения тренировок, с учетом возрастных особенностей и спортивной квалификации девочек 7-8 лет была разработана экспериментальная методика, направленная на повышение уровня координационных способностей средствами модернизированных комплексов на бревне и батуте.

В экспериментальной группе тренировки по спортивной гимнастике, проводимые четыре раза в неделю продолжительностью 1,5 часа, включали: модернизированные комплексы упражнений на бревне, развивающие способность к устойчивости тела и на батуте, характеризующие уровень развития способностей к пространственной ориентации (2 раза в неделю) и гимнастические упражнения по программе спортивной школы (2 раза в неделю). Разработанная методика применялась в подготовительном периоде на этапе общей и специальной подготовки девочек и в мезоциклах соревновательного периода: контрольно-подготовительном и предсоревновательном. Комплексы специальных упражнений выполнялись в конце подготовительной и основной частях тренировки. В контрольной группе тренировки по спортивной гимнастике, проводились четыре раза в неделю продолжительностью 1,5 часа на основе программы по спортивной гимнастике для СДЮСШОР с использованием традиционных методик.

Результаты исследования. После проведения эксперимента в опытных группах наблюдалось изменение всех регистрируемых показателей координационных способностей.

Так в контрольной группе после эксперимента в упражнении «челночный бег» средний результат составил 8,6 с, а в экспериментальной – 8,38 с (разница 0,22 с). При выполнении трех кувырков вперед на время, в контрольной группе средний результат составил – 6,83 с, а в экспериментальной группе – 6,22 с (разница 0,61 с). Это наивысшая разница между показателями результатов, показанных спортсменками в ходе педагогического эксперимента. В тесте «равновесие нога назад» девочки контрольной группы показали средний результат 1,6 баллов, а экспериментальной – 2,1 балла (разница 0,5 баллов), что говорит о достаточно высоком уровне изменения показателей координационных способностей девочек. В упражнении два поворота на бревне 180° результат контрольной группы составил 1,8 баллов, а в экспериментальной – 2,2 балла (разница 0,4 балла). Акробатический комплекс на бревне спортсменки контрольной группы выполнили со средним результатом 1,6 баллов, экспериментальной – 1,9 баллов (разница 0,3 балла).

Таблица 1 – Сравнительный анализ показателей координационных способностей гимнасток 7-8 лет контрольной группы в процессе эксперимента

Челночный бег, с		**Три кувырка, с**		**Равновесие нога назад, баллы**		**Два поворота на бревне 180°, баллы**		**Акробатический комплекс на бревне, баллы**	
До X_1	После X_2	До X_1	После X_2	До X_1	После X_2	До X_1	После X_2	До X_1	После X_2
8,7	8,6	6,82	6,83	1,5	1,6	1,3	1,8	1,4	1,6
V – 5		V – 11		V – 9		V – 7,6		V – 3	
p<0,05		p<0,05		p<0,05		p<0,05		p<0,05	
Примечание: – X_1 – результаты до эксперимента; X_2 – результаты после эксперимента; V – критерий Вилкоксона; p – достоверность результатов.									

Сравнительный анализ показателей координационных способностей гимнасток в экспериментальной группе до и после эксперимента достоверно улучшились, о чем свидетельствуют значения критерия Вилкоксона для двух зависимых выборок (таблица 2).

Таблица 2 – Сравнительный анализ показателей координационных способностей гимнасток 7-8 лет экспериментальной группы в процессе эксперимента

Челночный бег, с		**Три кувырка, с**		**Равновесие нога назад, баллы**		**Два поворота на бревне 180°, баллы**		**Акробатический комплекс на бревне, баллы**	
До X_1	После X_2	До X_1	После X_2	До X_1	После X_2	До X_1	После X_2	До X_1	После X_2
8,75	8,38	6,8	6,22	1,3	2,1	1,5	2,2	1,3	1,9
V – 4		V – 6		V – 8		V – 9		V – 2	
p<0,05		p<0,05		p<0,05		p<0,05		p<0,05	
Примечания: те же, что в таблице 1									

Анализ прироста результатов опытных групп в тестах на координационные способности в процессе эксперимента показал следующее.

При выполнении группы упражнений, где результат оценивался по времени, мы наблюдаем следующие изменения. В экспериментальной группе в упражнении «челночный бег» прирост составил 4,2%, а в контрольной – 1,1%. При выполнении трех кувырков вперед на время прирост в экспериментальной группе составил 8,5%, а в контрольной 0,1%.

При выполнении группы упражнений, где результат оценивался по количеству набранных баллов мы наблюдаем следующие изменения. В экспериментальной группе гимнасток при выполнении упражнения «равновесие нога назад» прирост составил 61,5%, а в контрольной группе – 6,6%. В контрольном нормативе «два поворота на бревне на 180 градусов» прирост в экспериментальной группе составил 46,5%, а в контрольной группе – 38,4%. В экспериментальной группе результаты акробатического комплекса, оцениваемого в баллах выросли на 46,1%, в контрольной – на 14,2%.

Ссылаясь на классификацию видов определения результатов координационных способностей, наиболее значимый прирост произошел в тех тестах, где результат оценивался по количеству набранных баллов (равновесие нога назад), а наименьший зафиксирован в тесте, который оценивался по времени выполнения упражнения (челночный бег).

Таким образом, на основе выявленных в результате эксперимента достоверных различий в показателях координационных способностей девочек 7-8 лет, занимающихся спор-

тивной гимнастикой, составляющих экспериментальную и контрольную группы можно сделать заключение о преимущественной эффективности содержания предложенных нами упражнений на батуте и бревне по сравнению с содержанием тренировок, традиционно применяющихся в спортивной школе.

Библиографический список:

1. Аркаев, Л. Я. Как готовить чемпионов: теория и технология подготовки гимнастов высшей квалификации / Л. Я. Аркаев, Н. Г. Сучилин. – М. : Физкультура и спорт, 2004. – 326 с.

2. Гавердовский, Ю. К. Теория и методика спортивной гимнастики : учебник в 2 т. / Ю. К. Гавердовский. – М. : Советский спорт, 2014. – 360 с.

3. Журавин, М. Л. Теория и методика гимнастики: учебник / под ред. М. Л. Журавина, Е. Г. Сайкиной. – М. : Академия, 2014. – 492 с.

4. Карпенко, Л. А. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике: учеб. пособие / Л. А. Карпенко, О. Г. Румба. – М. : Советский Спорт, 2014. – 264 с.

УДК 799.322.2

Д.Р. Мухаев

ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ЛУКА В ГОРОДЕ КАЗАНИ

Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия, mukhaev.78@mail.ru

Аннотация. *В представленной работе изучался вопрос о возможности развития стрельбы из лука как массового вида спорта в городе Казани.*

Ключевые слова*: стрельба из лука, спорт для всех, развитие.*

D. Mukhaev, graduate st.

ARCHERY DEVELOPMENT OPPORTUNITIES IN KAZAN

Volga Region State Academy of Physical Culture, Sport and Tourism, Kazan, Russia, mukhaev.78@mail.ru

Annotation. *The given article addresses the issue of archery development opportunities in terms of mass sports in Kazan.*

Key words: *archery, sport for all, development.*

В современном мире, спорту отводиться не маловажная роль. Малоподвижный образ жизни, плохая экология, неправильное питание – это лишь некоторые факторы, влияющие на здоровье человека. Спорт призван в первую очередь укрепить здоровье и привить привычку к здоровому образу жизни. Спорт способен объединять людей, не зависимо от их возраста, здоровья, гендерной принадлежности, жизненных интересов [1, с.3-5].

Также очевидно, что вовлечение максимального количества людей в занятия спортом, положительно скажется на снижении затрат на здравоохранение. Отметим, что лучный спорт – это отличный способ развить в себе выдержку и силу духа, глазомер, укрепить мышечный корсет, и поднять иммунитет. Самая лучшая осанка, по наблюдениям медиков – у танцоров и лучников. А как известно, от положения позвоночника зависит очень многое. Стоит ли напоминать, что даже простая головная боль может быть вызвана не правильной осанкой. Помимо прочего, лучный спорт улучшает состояние сердечно-сосудистой системы и дыхательного аппарата.

Но, как и любое занятие, выбранный вид спорта должен заинтересовать и приносить радость. Человеку свойственно выбирать то занятие, которое в полной мере позволит удовлетворить его потребности, такие как: потребность в физических нагрузках, в общении, контактах, эмоциональной разрядке, в самоутверждении и т.п.; и получить положительные эмоции. Стрельба из лука именно такой спорт, способный заинтересовать. С недавних пор население перестает видеть в этом виде спорта только лишь популярное спортивное состя-

зание и красочное шоу, все больше граждан интересуются стрельбой из лука, как увлекательной формой досуга и физической активности. Лучный спорт становиться неотъемлемой частью жизни массы людей во многих странах. Число любителей этого вида спорта за последние десять лет значительно возросло.

Стрельба из лука – без преувеличения спорт для всех. Детей в секции для обучения стрельбе из лука набирают с 12 лет, причем нет разницы правша ребенок или левша, спортивные луки есть для всех. Взрослые же могут ходить в спортивные клубы по стрельбе в любом возрасте, просто предаться любимому занятию или провести время с семьей. Также это спорт не видит различий между мужчинами и женщинами, что делает его еще более популярным. Мало кто знает, что именно стрельба из лука стала первым олимпийским видом спорта, к которому были допущены дамы. В 1904 году Элиза Поллак, американская лучница, в возрасте 63 лет одержала победу в этом виде спорта. Многие из лучших в мире стрелков – женщины.

Стоит заметить, что и для людей с ограниченными возможностями здоровья тоже нет препятствий, они так же могут реализовывать себя в этом виде спорта. Если возникнет желание записаться в специализированную секцию, то там они будут обеспечены всем необходимым. В Программе развития стрельбы из лука в Российской Федерации до 2020 года отмечено, что Российская федерация стрельбы из лука заинтересована в развитии олимпийского и паралимпийского резерва в стрельбе из лука во всех регионах Российской Федерации [2, с.28].

Стрельба из лука, увлекательный и, безусловно, доступный вид спорта для всех. При желании всегда можно принять участие в открытых региональных и федеральных соревнований, которые проводит Федерация стрельбы из лука России, да и многие международные соревнования, приводящиеся в различных странах, имеют открытый статус.

На наш взгляд, важнейшим фактором для привлечения населения в спортивные секции по стрельбе из лука и подготовки спортивного резерва, является наличие и доступность отделений по спортивной подготовке в этом виде спорта.

Согласно данным Программы развития стрельбы из лука в Российской Федерации до 2020 года, 20 регионов Российской федерации не имеют отделений или детско-юношеских спортивных школ по стрельбе из лука. А для того чтобы обеспечить выполнение задач программы, направленных на увеличении количества занимающихся стрельбой из лука необходимо создать отделения, в учреждениях спортивной подготовки, специализирующиеся в стрельбе из лука во всех субъектах РФ, имеющих региональные общественные федерации.[2, 38-39]

Для обучения стрельбе из лука в Казани имеется «Специализированная Детско-юношеская спортивная школа Олимпийского резерва «Тасма», в которой созданы все необходимые условия для занятий по стрельбе из лука для всех желающих, а так же для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Муниципальное образование города Казани подразделяется на семь районов: Советский, Приволжский, Ново-Савиновский, Московский, Вахитовский, Кировский и Авиастроительный. СДЮШОР “Тасма” располагается в Московском районе. Таким образом, круг потенциальных спортсменов ограничен одним районом. Не трудно понять, что наличие одного отделения спортивной секции в городе Казани, ориентированного на занятия стрельбой из лука, не может не сказываться на формировании спортивного резерва республики Татарстан.

Учитывая современный темп жизни, занятость людей на работе и дома, легко предположить, что доступность спортивной секции, близостью ее расположения непосредственно к месту проживая, будет являться решающим фактором при выборе спортивного досуга. Так как довольно проблематично добираться в конце рабочего дня до единственной секции, оборудованной всем необходимым. А ведь наличие спортивных отделений в каждом районе города, или хотя бы в большинстве, могло бы привести к росту желающих заниматься стрельбой из лука.

Чтобы выяснить, насколько интересен данный вопрос для жителей Казани, узнать, что вообще они знают о стрельбе из лука, как об олимпийском и паралимпийском виде спорта, был проведен опрос. Была использована технология массового уличного опроса (анкетирование), лица с ограниченными возможностями определялись визуально. Опрос проводился в очной форме, количество опрошенных - 54 человека (таблица 1).

Из анкетного опроса видно, что, несмотря на то, что вначале многие респонденты не проявили большого интереса не только к стрельбе из лука (интерес к стрельбе из лука – 31%), но и к спорту в целом (занимаетесь ли спортом – 37%, смотрите ли Олимпийские игры – 26%, знаете ли, что стрельба из лука олимпийский вид спорта – 42%), в последствии, многие изъявили желание заниматься стрельбой из лука (76% опрошенных), если будут созданы необходимые условия.

Также видно, что наши предположения подтвердились: для большинства респондентов важнейшими факторами являются доступность, близость расположения секций по стрельбе (92% опрошенных) и наличие необходимого инвентаря (89%). Также стоит отметить низкую осведомленность граждан о развитии в Казани такого вида спорта как стрельба из лука – 32% опрошенных знают о наличии спортивной секции, 52% предполагают возможность ее наличия, а 16% не знали, что в Казани есть возможность заниматься таким видом спорта. 81% опрошенных лиц с ограниченными возможностями здоровья отметили необходимость присутствия компании единомышленников, чтобы не чувствовать себя неуверенно.

Готовность тратить 3-6 часов в неделю (58%), а то и больше 6-9 часов (30%) на тренировки, тоже не маловажный показатель активного желания заниматься стрельбой из лука, что, безусловно, надо поддерживать.

Подводя итог, отметим, что необходимо создать условия для занятий стрельбой из лука в городе Казани:

- открывать спортивные секции, по возможности, в каждом районе города;

Таблица 1

№	Вопросы	Вариант ответа (чел / %)		
		да	нет	Иногда (немного)
1	Занимаетесь ли вы спортом?	20 чел. / 37%	5 чел. / 9%	29 чел. / 54%
2	Смотрите ли Вы Олимпийские игры?	14 чел. / 26%	18 чел. / 33%	22 чел. / 41%
3	Вам интересна стрельба из лука?	17 чел. / 31%	6 чел. / 11%	31 чел. / 58%
		да	нет	возможно
4	Знаете ли Вы, что стрельба из лука является Олимпийским и Паралимпийским видом спорта?	23 чел. / 42%	14 чел. / %	17 чел. / %
5	Знаете ли Вы, что возраст участников не ограничен?	10 чел. / 18%	44 чел. / 82%	–
6	Знаете ли Вы, что в г. Казани имеется секция по стрельбе из лука? (специализированная секция)?	17 чел. / 32%	9 чел. / 16%	28 чел. / 52%
7	В каком районе города Казани Вы живете?	Авиастроительный		8 чел.
		Московский		5 чел.
		Ново-Савиновский		6 чел.
		Вахитовский		9 чел.
		Приволжский		10 чел.
		Советский		6 чел.
		Кировский		10 чел.
		да	нет	возможно

8	Хотели бы Вы заниматься стрельбой из лука?	40 чел. / 74%	3 чел. / 5%	11 чел. / 21%
		Положительный ответ (чел / %)		
9	Что для Вас явилось бы решающим фактором в пользу занятий стрельбой из лука?	Удобное расположение спортивной секции		50 чел. / 92%
		Наличие необходимого инвентаря (лук, стрелы, колчан и т.п.)		48 чел. / 89%
		Удобное время для посещения.		39 чел. / 72%
		Возможность ездить на соревнования		23 чел. / 42%
		Наличие единомышленников		35 чел. / 65%
		да	нет	возможно
10	Стали бы Вы ходить в секцию стрельбы из лука в вашем районе?	41 чел. / 76%	3 чел. / 5%	10 чел. / 19%
		1-3 часа	3-6 часов	6-9 часов
11	Сколько времени в неделю вы готовы потратить на тренировки?	7 чел. / 12 %	31 чел. / 58%	16 чел. / 30%

- увеличить количество информации в Интернете и СМИ о возможности заниматься этим видом спорта;

- увеличить количества мероприятий, направленных на поддержку и популяризацию стрельбы из лука;

- а так же обеспечивать спортсменов необходимым инвентарем (лук, стрелы, крага, нагрудник, напальчник и т.п.).

Увеличение количества учреждений спортивной подготовки, а так же специализированных отделений по стрельбе из лука обеспечит стабильное развитие стрельбы из лука в городе Казани.

Литература:

1. Капилевич Л.В. Здоровье и здоровый образ жизни: учебное пособие / Л.В. Капилевич, В.И. Андреев – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2008. – 102 с.

2. Программа «Развитие стрельбы из лука в Российской Федерации до 2020 года», Президент Российской Федерации стрельбы из лука В.Н. Ешеев, – Москва, 2014.- 87с.

УДК 796.332.6

С.В. Ушканов

РАЗВИТИЕ МАССОВОГО, ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО МИНИ-ФУБОЛА В РОССИИ ОТ УСЛОВИЙ К ЭФФЕКТИВНОМУ РЕЗУЛЬТАТУ

Сибирский федеральный университет, г. Красноярск, sergey.u09@mail.ru

Аннотация: в статье рассматривается история мини-футбола в мире и в стране. Развитие игры в нашей стране за период от распада СССР до сегодняшнего дня. Развитие массового и детско-юношеского мини-футбола. Кто является партнером мини-футбола.

Ключевые слова: мини-футбол, АМФР, «Мини-футбол – в школу», «Мини-футбол – в ВУЗы», программа.

S. V. Ushkanov, senior lecturer

THE DEVELOPMENT OF MASS, CHILDREN'S AND YOUTH MINI-FOOTBALL IN RUSSIA THE CONDITIONS FOR EFFECTIVE RESULT

Siberian Federal University, Krasnoyarsk, sergey.u09@mail.ru

Abstract: the article discusses the history of mini soccer in the world and in the country. The development of the game in our country for the period from the collapse of the Soviet Union until today. The development of mass and youth mini-football. Who is the partner mini-football.

Keywords: indoor soccer, AMFR, "Mini-football - to school", "Mini-football – to Universitiest", program.

История возникновения мини-футбола своими корнями уходит глубоко в прошлый век. В странах Латинской Америки уже в 20–30-х гг. XX в. школьники и студенты играли в футбол в уменьшенных составах не только на открытых площадках, но и в спортивных залах. Постепенно стали оформляться правила игры в зальный футбол, проводиться многочисленные соревнования, в которых принимали участие только любительские команды. Демократическая по своей сути, доступная для малообеспеченных слоев общества, эта игра становилась все более и более популярной в таких странах, как Бразилия, Уругвай, Аргентина. Нередко ведущие футбольные клубы этих стран черпали таланты именно из зального футбола.

В Европу зальный футбол пришел значительно позже – в этом свою роль сыграло латиноамериканское влияние. Считается, что первыми на европейском континенте в мини-футбол начали играть австрийцы. В 1958 году один из руководителей национальной сборной команды Австрии Йозеф Аргауэр привез идею этой игры из Швеции с чемпионата мира [1, с.3].

Датой рождения современного мини-футбола в нашей стране следует считать 1989 г. Именно тогда в структуре Федерации футбола СССР был создан комитет по мини-футболу. Организация чемпионата Советского Союза и создание сборной команды страны были главными задачами этого подразделения федерации. С этими задачами комитет по мини-футболу успешно справлялся.

С распадом Советского Союза, естественно, была ликвидирована и Федерация футбола СССР.

Созданный в Российской Федерации Российский футбольный союз тогда практически отстранился от организаторской деятельности по развитию мини-футбола в стране. Однако дело, начатое энтузиастами этой игры, не пропало. Вновь созданная Ассоциация мини-футбола России сумела преодолеть сложную ситуацию и практически без участия главной футбольной организации страны – РФС – организовала работу по становлению и дальнейшему развитию зального футбола в стране. В первую очередь Ассоциация мини-футбола России постаралась наладить на местах массовую работу по мини-футболу.

Благодаря активной целенаправленной деятельности Ассоциации мини-футбола России в нашей стране создана разветвленная организационная структура этого вида спорта. В чемпионатах страны среди команд супер-лиги и высшей лиги выступают 33 профессиональных коллектива. На местах открыты 20 региональных ассоциаций мини-футбола в стране [2, с.3].

Настоящий флагман отечественного зального футбола – сборные команды страны. Сегодня в структуре АМФР функционирует три таких сборных: молодежная (до 21 года), студенческая команда и национальная сборная. Примечательно, что позиции российских сборных на международной арене, несмотря на отдельные неудачи, неизменно остаются высокими [2, с.3].

В нашей стране зафиксировано 70 тысяч игроков-любитетелей в Единой информационно-аналитической системе РФС. Количество любительских команд составляет порядка 5 100. В проектах «Мини-футбол – в школу» и «Мини-футбол - в ВУЗы» ежегодно прини-

мает участие более 1 500 000 школьников и студентов. Такая ситуация стала возможна благодаря поддержке Министерства спорта, Российского футбольного союза и работе региональных федераций всей страны.

В этом году проект «Мини-футбол – в школу» отметил 10-летний юбилей. Важнейшим показателем его актуальности является интерес к нему крупных российских и зарубежных компаний. Соглашение о сотрудничестве между АМФР и ГМК «Норильский Никель» позволило реализовать программу «Регион Заполярье». Благодаря ей удалось провести соревнования для детей Норильска, Дудинки, Мончегорска, Никеля. Команды победительницы приняли участие в финале российских соревнований.

В 2016 году подписано соглашение с японской компанией «Йокохама». В связи с этим около 90 мальчиков и девочек, которые победили в 11 турнире проекта «Мини-футбол – в школу» побывали в клубе «Челси». Совместно с клубами Супер-лиги создана программа «Супер-Мишка». Каждый клуб Чемпионата России организовал турнир для учащихся школ, расположенных рядом со своим спорткомплексом.

Проект «Мини-футбол – в ВУЗы» совершил ряд качественных шагов вперед. В 2011 году был проведен дебютный сезон «Золотой лиги» для лучших студенческих команд страны. В 2013 году стартовала «Бронзовая лига» для команд средних специальных учебных заведений. На сегодняшний день проект «Мини-футбол – в ВУЗы» охватывает весь студенческий контингент. В нем участвуют 585 высших и 192 средних специальных учебных заведений из 10 федеральных округов, почти 200 тысяч человек.

Большую роль в развитии данных проектов играют партнеры АМФР. Компания «2К» запустила программу по реализации спортивной экипировки и инвентаря для школьников и студентов. В рамках сотрудничества с компанией «Таркетт-Рус» предусмотрено выделение покрытий для залов победителям и участникам проектов. Такие покрытия уже получили университеты МГАФК и МАМИ, школа в поселке Никель (Мурманская область), две средние школы Норильска. В 2015 году официальным партнером общероссийского проекта стала компания «Гослото».

Сегодня АМФР имеет развитую структуру соревнований для юношей и девушек. Наиболее активную деятельность ведут такие регионы, как Тюменская, Свердловская, Саратовская, Нижегородская области, Республика Саха, МРО «Северо-Запад», Санкт-Петербург. Только за минувший сезон в соревнованиях АМФР, направленных на подготовку резерва, приняло участие более 2000 юных спортсменов.

Одним из главных направлений мини-футбола является развитие его в регионах. В 2015 году свою работу начали представительства в Волгограде, Кабардино-Балкарии, Астрахани, на Алтае, открыты Ассоциация мини-футбола «Золотое Кольцо», комитет мини-футбола в регионе «Урал и Западная Сибирь».

С 2014 года функционирует проект «Академия футзала». В его рамках создана система обучения и лицензирования арбитров, которые подготовлены практически в каждом регионе.

Проведены два всероссийских тренерских семинара с участием главных тренеров России, Испании, Португалии.

Подготовлены пособия «Мини-футбол в средних специальных учебных заведениях», «Подготовка вратаря в мини-футболе», учебник «Футзал» (для студентов физкультурных ВУЗов), «Мини-футбол в дошкольных учебных заведениях».

Для популяризации мини-футбола большую роль играет официальный сайт АМФР и проект «АМФР.ТВ», обеспечивающий прямые трансляции на региональных каналах и в сети интернет всех матчей Суперлиги, Кубка России, первенства высшей лиги, сборных команд, показа информационных сюжетов и регулярных выпусков программы «Мини-футбол в России». Кроме того, российский мини-футбол представлен в сетке вещания канала «Матч-ТВ».

В стране разработана программа для ДЮСШ и СДЮШОР по мини-футболу. Она составлена на основе действующих нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных школ, обобщения передового опыта работы с юными футболистами и результаты научных исследований. В этом документе нашли отражение построение процесса обучения и тренировки юных футболистов на трех этапах – спортивно-оздоровительном, начальной подготовки и учебно-тренировочном, основные задачи на различных этапах годичного цикла подготовки, распределение объемов основных средств и интенсивности тренировочных нагрузок в недельных циклах, ранжирование соревнований по значимости и их календарный план [2, с.5].

Программа, при соблюдении изложенных в ней требований, обеспечивает последовательность и непрерывность многолетнего процесса обучения и тренировки юных футболистов в ДЮСШ и СДЮШОР [2, с.4].

Одной из целей многолетнего процесса подготовки занимающихся в ДЮСШ и СДЮШОР по мини-футболу является воспитание спортсменов высокой квалификации, потенциального резерва сборных команд России.

В процессе обучения и тренировки юных футболистов в ДЮСШ и СДЮШОР предусматривается решение следующих задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- воспитание волевых, морально стойких граждан нашей страны;
- повышение от этапа к этапу тренировочных и соревновательных нагрузок, совершенствование технико-тактического мастерства и повышение уровня физической. подготовленности до требований, предъявляемых к учащимся групп спортивного совершенствования и команд высших разрядов;
- подготовка спортсменов высокой квалификации, резерва сборных юношеских и молодежных команд страны, клубных команд высших разрядов;
- подготовка инструкторов-общественников и судей по мини-футболу.

В процессе спортивной тренировки в задачи тренера входит не только подготовка квалифицированных футболистов, но гармоничное воспитание личности спортсмена, формирование его морального облика, развитие характера, разносторонних интересов.

Воздействие на формирование личностных качеств игроков может происходить непосредственно во время тренировочных занятий, а также во время специальных бесед, собраний команды. Причем фактором воспитания являются не только целенаправленные воздействия тренера, но также и его личный пример, влияние коллектива.

В первую очередь, тренер должен обращать внимание на воспитание у занимающихся чувства патриотизма, ответственности, трудолюбия спортсмена, добросовестного отношения к делу формирование мировоззрения, стимулировать повышения уровня образования и культуры [3, с.466].

Одной из школ по мини-футболу созданной в нашей стране является Детско-юношеская спортивная школа № 6 образованная в 1993 году в г.Норильске. Изначально это был детско-юношеский клуб физической подготовки, где работали 28 тренеров-преподавателей, занималось порядка 1600 учащихся и культивировали такие виды спорта как акробатика, шахматы, атлетическая гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, лыжные гонки, мини-футболу и волейбол. Клубная система не ставила перед собой задачи на достижение высоких спортивных результатов, школа работала на массовую физкультуру и спорт. В 1995 году было принято решение изменить статус клуба и переименовать в ДЮСШ №6, где сразу стал вопрос о сокращении видов спорта. Было принято решение остановиться на развитии двух профилирующих видов: лыжные гонки и очень молодой в то время мини-футбол. В этом же году был создан мини-футбольный клуб «Норильск».

МФК «Норильский Никель» выйдет на главную спортивную арену страны и станет Чемпионом. Будет создана вторая норильская команда, выступавшая в регулярном Первен-

стве России, а ДЮСШ №6 станет кузницей молодых талантливых воспитанников и будет передавать лучших из лучших в команды мастеров мини-футбольных клубов России. Невзирая на множественные преграды, воспитанники ДЮСШ с гордостью несут звание спортсмена Детско-юношеской спортивной школы №6.

Сегодня лучшие спортсмены и выпускники школы входят в составы различных сборных команд России. Особой гордостью для города и спортивной школы, несомненно является игрок профессионального футбольного клуба «Локомотив» (ранее «Спартак» г.Москва), член национальной сборной команды России по футболу, бронзовый призер ЕВРО-2008 - Дмитрий Торбинский, который в период 1998-2001 гг. успешно играл за юношескую команду ДЮСШ №6 и представлял МФК «Норильский Никель» на Первенстве России по мини-футболу среди юношеских команд клубов Суперлиги.

Из вышеизложенного можно сделать вывод, что мини-футбол в нашей стране за прошедшее время сделал значительный шаг вперед как на массовом и детско-юношеском уровне, так и на уровне сборных команд страны.

Библиографический список:

1. Мини-футбол в школе [Текст] / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2006. – 224 с.: ил.
2. Мини-футбол (футзал): примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст] / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев, В.С. Левин, К.В. Еременко. – М.: Советский спорт, 2008. – 96 с.: ил.
3. Мини-футбол (футзал) [Текст]: учебник / Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев, В.П. Губа. – Советский спорт, 2012. – 554 с.: ил.

УДК 796.92.093.642

В.Н. Клыков; А.В. Халманских к.п.н., доцент

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА ОСНОВЕ УЛУЧШЕНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БИАТЛОНИСТОВ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

Тюменский государственный университет, Институт физической культуры, г. Тюмень, Россия, Sanna81@mail.ru

Аннотация: в статье рассматривается проблема технической подготовленности биатлонистов. Представлены результаты изучения уровня координационных способностей биатлонистов, как главного фактора, определяющего уровень технического мастерства спортсменов. Авторами разработаны практические рекомендации по совершенствованию технической подготовленности квалифицированных биатлонистов на основе улучшения координационных способностей.

Ключевые слова: биатлон, техническая подготовленность, координационные способности.

V.N. Klikov, A.V. Khalmanskikh, Ph.D., world-class athlete

IMPROVEMENT OF TECHNICAL READINESS ON THE BASIS OF IMPROVEMENT OF COORDINATION ABILITIES OF BIATHLONISTS AT THE STAGE OF SPORTS IMPROVEMENT

Tyumen state university, Tyumen, Russia, Sanna81@mail.ru

In article the problem of technical readiness of biathlonists is considered. Results of studying of level of coordination abilities of biathlonists as the main factor determining the level of technical skill of athletes are presented. Authors have developed practical recommendations about improvement of technical readiness of the qualified biathlonists on the basis of improvement of coordination abilities.

Key word: biathlon, technical readiness, coordination abilities.

Одной из составляющих роста спортивных достижений в современном биатлоне является значительное улучшение результатов в лыжной гонке, что определяет необходи-

мость разработки новых методик технической подготовленности спортсменов, в том числе актуализирует проблему совершенствования координационных способностей, как главного фактора технического мастерства биатлонистов.

Изучение научно-методической литературы и педагогическое наблюдение показало, что резервом в технической подготовке биатлонистов на этапе спортивного совершенствования является изучение вопросов, связанных с совершенствованием координационных способностей как главного фактора, определяющего уровень технической подготовленности спортсменов.

Совершенствование технического мастерства с учетом физической подготовленности и индивидуальных особенностей позволяет достигнуть высоких результатов в избранном виде спорта. Высокий уровень спортивных результатов требует постоянной и углубленной работы над совершенствованием техники в течение всего периода активных тренировочных занятий [1, с.46-52], [2, 78с.].

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально подтвердить направления, совершенствования технической подготовленности лыжного хода биатлонистов на основе улучшения координационных способностей.

Задачи исследования:

1. Проанализировать состояние проблемы технической подготовки биатлонистов в литературных источниках.
2. Выявить взаимосвязь координационных способностей с техническим мастерством спортсменов.
3. Разработать и экспериментально обосновать методику совершенствования технической подготовленности на основе улучшения координационных способностей биатлонистов.
4. Разработать рекомендации по совершенствованию технической подготовленности биатлонистов на этапе спортивного совершенствования.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования**: анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, контрольные испытания, математико-статистический метод.

Организация исследования: 1 этап (сентябрь 2014 года – январь 2015 года) – был проведен анализ научно-методической и специальной литературы по исследуемой проблеме. Были сформулированы цель и рабочая гипотеза, определены задачи исследования. Проведено констатирующее исследование для определения технико-тактических способностей биатлонистов высокой квалификации.

2 этап (январь 2015 года – декабрь 2015 года) - разработка и экспериментальная проверка методики совершенствования технико-тактических показателей биатлонистов.

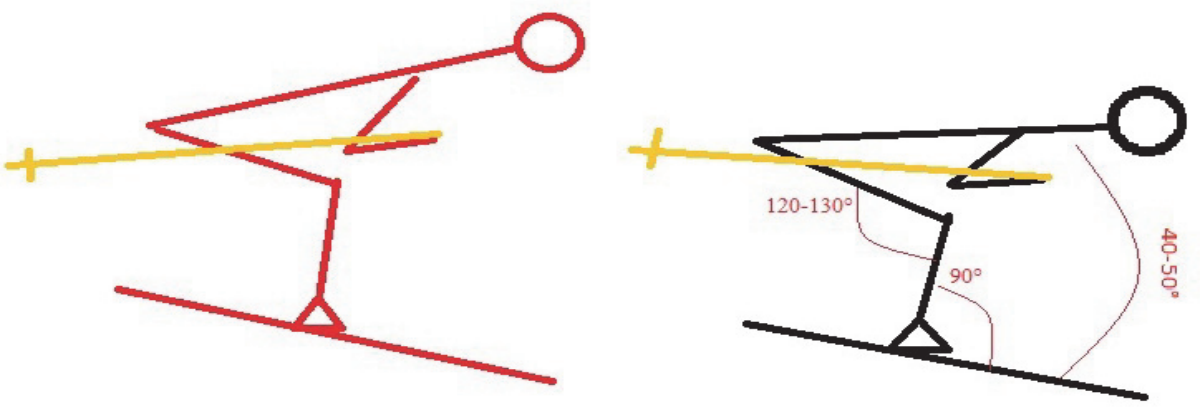
3 этап (январь – май 2016г.г.) – обработка результатов опытно-экспериментальной работы, их систематизация и анализ, определение выводов и рекомендаций по проведенной работе.

В исследовании принимали участие 12 биатлонистов высокой квалификации в возрасте 17 – 18 лет на базе сборной Тюменской области по биатлону, во время проведения учебно-тренировочных сборов и во время соревновательного сезона. Из которых были сформулированы две группы по 6 человек в каждой. Экспериментальную группу составили: четыре спортсмена - КМС и два спортсмена с первым взрослым разрядом по биатлону. В контрольную группу вошли: три спортсмена, имеющие звание Кандидата в мастера спорта и три Мастера спорта России по биатлону. Юноши являются участниками Первенств Мира, призерами и победителями Всероссийских спартакиад и первенства России по биатлону.

В настоящее время в подготовке спортсменов стран лидеров мирового биатлона, существует немало методик связанных с совершенствованием технической подготовленности, и в частности в прохождении спусков с крутыми виражами. Аналитика тренировочных планов, видеосъемок и протоколов международных соревнований показывает значитель-

ный проигрыш в данном компоненте Российскими спортсменами. На основе данного анализа нами было проведено констатирующее исследование, технической составляющей биатлонистов на этапе спортивного совершенствования.

Анализ видеосъемок тренировочного и соревновательного процесса показал, что у спортсменов присутствуют ошибки в низкой стойке на спуске такие как: положение корпуса относительно лодыжке больше 50°, лыжи находятся шире ширины бедер, масса тела распределена не равномерно между двумя лыжами (красный цвет), (рис. 1).



Наиболее правильное положение при низкой стойке, это: верхняя часть корпуса сильно наклонена и распределена почти параллельно опоре. Угол между верхней частью тела и лодыжкой составляет примерно 40-50 °. Руки, опирающиеся локтями или предплечьем на бедра, прижимают палки, чуть вытянутые вперед, к корпусу, чтобы лобовое сопротивление было как можно меньше. Голова, слегка втянутая, образует со спиной и винтовкой прямую. Лыжи находятся на ширине бедер, бедра и голени находятся друг к другу под углом от 120 ° до 130 °. Угол голени к опоре составляет примерно 90 °. Масса тела равномерно распределена между обеими лыжами (рис.1, черный цвет).

С целью определения влияния разработанной нами методики на совершенствование технической подготовленности биатлонистов было выполнено: измерение динамических и статических показателей координации испытуемых, измерение изучаемых показателей в конце эксперимента.

Для достижения поставленной цели нами были использованы следующие методы:

1.Тест на статическую координацию (статическое равновесие): скольжение с горы стоя на одной ноге (в летнее время лыжероллеры, зимой – лыжи). Измерялось количество метров которое спортсмен мог преодолеть стоя на одной ноге.

2.Тест на динамическую координацию движений (динамическое равновесие): прохождение по уменьшенной опоре. Биатлонистам предлагалось пройти по жгуту натянутого горизонтально плоскости, между двух горизонтальных опор. Определялось, сколько раз спортсмен сможет пройти туда обратно за 60 секунд.

3.Тест с изменением направления. Спортсмены варьировали змейкой на роликовых коньках между 10 фишек расположенных друг от друга на расстоянии 3м.

4. Тест скоростной спуск на время. Проба проводилась на трассе ОЦЗВС «Жемчужина Сибири». Контрольный тест проводился на спуске с уклоном 12% длиной 240м. Тестирование общей физической подготовленности спортсменов.

В результате констатирующего эксперимента были выявлены и систематизированы типичные ошибки при выполнении технических упражнений в прохождении спусков с крутыми виражами. Так, у спортсменов присутствуют ошибки в низкой стойке на спуске такие как: положение корпуса относительно лодыжке больше 50 °, лыжи находятся шире ширины бедер, масса тела распределена не равномерно между двумя лыжами.

Исследование статической и динамической координации показало, что в ЭГ во всех показателях результаты ниже чем в КГ, и тем самым позволило определить дальнейшие пути повышения технического мастерства биатлонистов через совершенствование координационных способностей спортсменов.

На наш взгляд, повышение технической составляющей у биатлонистов высокой квалификации будет наиболее эффективным, если уделять больше внимания вопросам планирования, содержания и регулирования процесса технической подготовки в подготовительном периоде.

В разработанной нами системе тренировочных воздействий особое внимание уделяется технической подготовке. Учебно-тренировочные занятия, направленные на изменение и совершенствование техники передвижения на лыжах в сочетании с идеомоторной тренировкой, принесут не только значительный рост спортивных результатов, но и будут способствовать личностному развитию биатлонистов.

Методы технической подготовки, являющиеся базой для отработки стабильной техники, и соответственно быстрого лыжного хода, тесно связаны с методами психологической подготовки, используемой в тренировочных занятиях. Поэтому задача повышения техники лыжного хода решается комплексно.

Из результатов формирующего этапа опытно-экспериментальной работы видно, что за период с 2014 г. по 2015 г. у всех биатлонистов сборной Тюменской области отмечается значительное повышение уровня технической подготовленности (табл. 1,2).

В результате опытно-экспериментальной работы, нами было выявлено, что в ЭГ наблюдается значительное повышение уровня координационных способностей во всех контрольных упражнениях, как в летнем, так и в зимнем подготовительном периоде. Так, в тесте на «Динамическое равновесие» средне групповой результат составил ($p<0,05$), в упражнении с изменением направления (в летнем периоде: $p<0,001$, в зимнем: $p<0,05$) и в тесте на “Статическое равновесие” ($p<0,01$).

Таблица 1

Динамика показателей уровня координационных способностей у биатлонистов сборной команды Тюменской области (старшие юноши) в процессе эксперимента, (летний подготовительный период)

Контрольные тесты	КГ (n-6)		t	ЭГ (n-6)		t
	до эксперимента	после эксперимента		до эксперимента	после эксперимента	
	M±m	M±m		M±m	M±m	
Динамическое равновесие, (кол-во)	4,87±0,49	5,67±0,61	1,07	3,33±0,42	5,67±0,33	4,38 **
Тест с изменение направления «роликовые коньки», (t)	21,67±0,67	20,67±0,67	1,06	24,5±0,76	19,33±0,61	5,27 **
Статическое равновесие, (м)	9,5±0,76	10,5±0,76	0,93	7,67±0,76	10,83±0,7	3,06 *
	9,5±0,56	10,5±0,56	1,26	8,17±0,79	13±1,34	3,1 *

*Достоверность различий: *- на уровне 0,05; **- на уровне 0,01.*

Таблица 2

Динамика показателей уровня координационных способностей у биатлонистов сборной команды Тюменской области (старшие юноши) в процессе эксперимента, (зимний подготовительный период)

Контрольные тесты	КГ (n-6)		t	ЭГ (n-6)		t
	до эксперимента	после эксперимента		до эксперимента	после эксперимента	
	M±m	M±m		M±m	M±m	
Динамическое равновесие (кол-во)	9,33±0,33	10,5±0,43	2,15	6,67±0,33	9,33±0,33	5,66 **
Тест с изменение направления «лыжи», (t)	19±0,58	17,67±0,61	1,58	22±0,063	18,67±0,49	4,15 **
Статическое равновесие, (м)	13,17±0,95	14,17±0,95	0,75	12,67±0,71	15,83±0,6	3,39 *
	11,83±0,6	13±0,52	1,47	13,17±0,79	17,67±0,92	3,71 **

*Достоверность различий: *- на уровне 0,05; **- на уровне 0,01.*

Таблица 3

Динамика показателей уровня скоростных качеств сборной команды Тюменской области по биатлону (старшие юноши)
(летний подготовительный период)

Контрольные тесты	КГ (n-6)		t	ЭГ (n-6)		t
	до эксп.	после эксп.		до эксп.	после эксп.	
	M±m	M±m		M±m	M±m	
Время прохождения спуска (сек)	47,67±0,76	46,17±0,6	1,55	48,17±0,6	45,83±0,6	2,75 **
Скорость (м/с)	7,5±0,43	8,67±0,33	2,15	7,17±0,48	8,83±0,31	2,94 **

*Достоверность различий: *- на уровне 0,05; **- на уровне 0,01.*

Таблица 4

Динамика показателей уровня скоростных качеств
сборной команды Тюменской области по биатлону (старшие юноши)
(зимний подготовительный период)

Контрольные тесты	КГ (n-6)		t	ЭГ (n-6)		t
	до эксп.	после эксп.		до эксп.	после эксп.	
	M±m	M±m		M±m	M±m	
Время прохождения спуска (сек)	53,17±0,48	51,83±0,4	2,14	53,83±0,31	51,33±0,42	4,79 **
Скорость (м/с)	6,67±0,42	7,83±0,31	2,24	6,2±0,2	8,2±0,37	4,71 **

*Достоверность различий: *- на уровне 0,05; **- на уровне 0,01.*

Также, в ЭГ наблюдается значительное сокращение времени при прохождении скоростных спусков с крутыми виражами. Средне групповой прирост составил ($p<0,01$).

Таким образом, внедрение в учебно-тренировочный и соревновательный процесс биатлонистов Тюменской области технических и координационных упражнений на конкретном этапе позволило добиться повышения уровня технического мастерства спортсменов и результативности их соревновательной деятельности.

Литература:

1. Баталов А.Г. Модельно-целевой способ построения спортивной подготовки высококвалифицированных спортсменов в зимних циклических видах спорта / А.Г. Баталов // Теория и практика физической культуры - 2000 - № 11. - С. 46-52

2. Клаус Ницше, Биатлон - Тренировки - Соревнования / Limpert Verlag, 1998. - 76с.

References

1. Batalov A. G. A model and target way of creation of sports training of highly skilled athletes in winter cyclic sports / A.G. Batalov// Theorya and practice of physical culture - 2000 - №. 11. - P. 46-52

2. Claus Nietzsche, Biathlon - Trainings - Competition / Limpert Verlag, 1998. - 76p.

УДК 796.062

Я.А. Куценко, к.п.н.; доцент, П.С. Харапонов

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ ОЦЕНКИ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ УСЛУГ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ г. ТЮМЕНИ

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, kusenko712@mail.ru

Аннотация. *Статья посвящена совершенствованию методики оценки конкурентноспособности физкультурно-спортивных услуг в учреждениях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности г. Тюмени.*

Ключевые слова. *Конкуренция, конкурентноспособность, физкультурно-спортивные услуги, учреждения физкультурно-спортивной направленности.*

J.A. Kutsenko Ph.D., Associate Professor
P.S. Haraponov, undergraduat

IMPROVING COMPETITIVENESS ASSESSMENT PROCEDURES PHYSICAL TRAINING AND SPORTS SERVICES IN ADDITIONAL EDUCATION ESTABLISHMENTS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ORIENTATION OF TYUMEN

Tyumen State University, Tyumen, Russia, kusenko712@mail.ru

Abstrakt. *The article is devoted to improving the method for assessing the competitiveness of physical culture and sports services in additional education establishments of physical culture and sports orientation of Tyumen.*

Keywords: *Competition, competitiveness, physical culture and sports services, institutions of physical culture and sports orientation.*

Говоря о рынке физкультурно-спортивных услуг и конкуренции на нем, в большинстве случаев, подразумеваются коммерческие организации, представляющие населению различного рода платные физкультурно-оздоровительные и спортивные услуги [2]. Однако, ряд российских авторов, рассматривая типы конкуренции на рынке услуг физической культуры и спорта, выделяют такой тип, как видовая конкуренция, в которой конкурентами могут быть, общеобразовательные школы, ДЮСШ, СДЮСШОР, представляющие услуги по одному и тому же виду спорта [1,3]. Следовательно, имеет смысл рассматривать данные организации бюджетной сферы с точки зрения конкурентных преимуществ по отношении друг к другу.

В связи с вышеизложенным **целью** нашего исследования явилось совершенствование методики оценки конкурентоспособности физкультурно-спортивных услуг учреждений дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности.

Анкетирование проводилось на базе трёх ДЮСШ города Тюмени, предоставляющих бесплатные услуги (занятия мини-футболом). В целях соблюдения этических норм названия школ изменены. Объем выборки составил 85 респондентов. Респондентами явились учащи-

еся детско-юношеских спортивных школ, занимающиеся на отделениях мини-футбола в возрасте от 14 до 18 лет.

Результаты исследования. В таблице 1 представлены основные требования и пожелания потребителей к услугам физкультурно-спортивных организаций, предлагающих занятия мини-футболом, которые условно разделили нами на 7 основных групп.

Таблица 2 характеризует степень значимости конкретного параметра, представляемой услуги, а также позволяет сравнить среднее значение по определенной группе параметров.

Наибольшую значимость потребители отводят группе параметров, характеризующей профессиональные и личные качества тренера-преподавателя, что подчеркивает важность данной группы параметров как основополагающей при организации физкультурно-спортивных услуг.

Приблизительно равные коэффициенты весомости имеют группы параметров «материально-техническая оснащенность», «тренировочный процесс» и «безопасность занятий».

Таблица 1.

Требования потребителей к физкультурно-спортивным услугам организаций дополнительного образования, культивирующие мини-футбол

№ п/п	Группа параметры услуги	Требования, предложенные респондентами
1.	Профессиональные и личные качества тренера-преподавателя	Внимание тренера, индивидуальный подход, исправление ошибок; Четкость, доходчивость объяснений и оценок тренера; Педагогический опыт/стаж работы тренера-преподавателя; Вежливость тренера, уважение к занимающимся, культура общения, внешний вид преподавателя;
2.	Тренировочный процесс и соревнования	Разнообразие и нестандартность упражнений; Применение современных методик обучения и тренировки; Участие в соревнованиях
3.	Санитарно-гигиенические условия	Наличие душевых комнат и горячей воды; Чистота в раздевалках и туалетах; Вентиляция и температура в спортивном зале;
4.	Материально-техническая оснащенность	Уровень освещенности спортивного зала; Качество полового покрытия; Обеспеченность современным оборудованием и инвентарем;
5.	Безопасность занятий	Наличие медицинского работника в учреждении; Безопасность спортивного оборудования и инвентаря;
6.	Доступность занятий	Расписание тренировочных занятий; Расположенность спортивной школы от места проживания;
7.	Дополнительные, сопутствующие и прочие параметры	Наличие кулеров с питьевой водой; Буфет; Посещение футбольных матчей профессиональных команд; Наличие помещений для хранения личных вещей

Методика оценки конкурентоспособности физкультурно-спортивных услуг, основанная на выявлении уровня удовлетворенности потребителями параметрами услуги в сочетании с весомостью параметра, позволила нам получить следующие относительные показатели, как по отдельным качественным параметрам, так и по группе параметров.

Ниже (рис.1) представлены показатели конкурентоспособности услуги по группе параметров «Профессиональные и личные качества тренера-преподавателя». Выявлено общее преимущество ДЮСШ «С» по данной группе параметров с суммарным показателей 0,2029 у.е. Вместе с тем, по отдельным параметрам конкурентоспособности, таким как «четкость, доходчивость объяснений и оценок тренера» и педагогический опыт тренера-преподавателя» ДЮСШ «А» не только не уступает, но и превосходит ДЮСШ «С».

Таблица 2.

Коэффициенты весомости качественных показателей физкультурно-спортивной услуги (n=85)

Параметры услуги	Сумма баллов	Коэффициент весомости	Параметры услуги	Сумма баллов	Коэффициент весомости
Профессиональные и личные качества тренера-преподавателя:			*Дополнительные, сопутствующие и прочие показатели:*		
Внимание тренера, индивидуальный подход, исправление ошибок;	396	0,0488	Наличие кулеров с питьевой водой;	380	0,0460
Четкость, доходчивость объяснений и оценок тренера;	410	0,0505	Посещение футбольных матчей профессиональных команд;	332	0,0409
Педагогический опыт/стаж работы тренера-преподавателя	389	0,0479	Наличие помещений для хранения личных веще	390	0,0480
Вежливость тренера, уважение к занимающимся, культура общения, внешний вид преподавателя	413	0,0509	Буфет;	346	0,0426
Σсреднее	**402**	**0,0495**	**Σсреднее**	**362**	**0,0444**
Тренировочный процесс и соревнования			*Материально-техническая оснащенность*		
Разнообразие и нестандартность упражнений;	414	0,0510	Уровень освещенности спортивного зала;	403	0,0496
Применение современных методик обучения и тренировки	407	0,0501	Обеспеченность современным оборудованием и инвентарем	400	0,0493
Участие в соревнованиях	379	0,0467	Качество полового покрытия;	400	0,0493
Σсреднее	**400**	**0,0493**	**Σсреднее**	**401**	**0,0494**
Санитарно-гигиенические условия			*Доступность занятий*		
Наличие душевых комнат и горячей воды;	380	0,0468	Расписание тренировочных занятий;	367	0,0452
Чистота в раздевалках и туалетах;	396	0,0488	Расположенность спортивной школы от места проживания;	334	0,0411
Вентиляция и температура в спортивном зале;	388	0,0478			0
Σсреднее	**388**	**0,0478**	**Σ**	**351**	**0,0432**
Безопасность занятий					
Наличие медицинского работника в учреждении;	404	0,0498			
Безопасность оборудования и инвентаря (крепление ворот и т.д.)	396	0,0488			
Σ	**400**	**0,0493**	**Σ**		

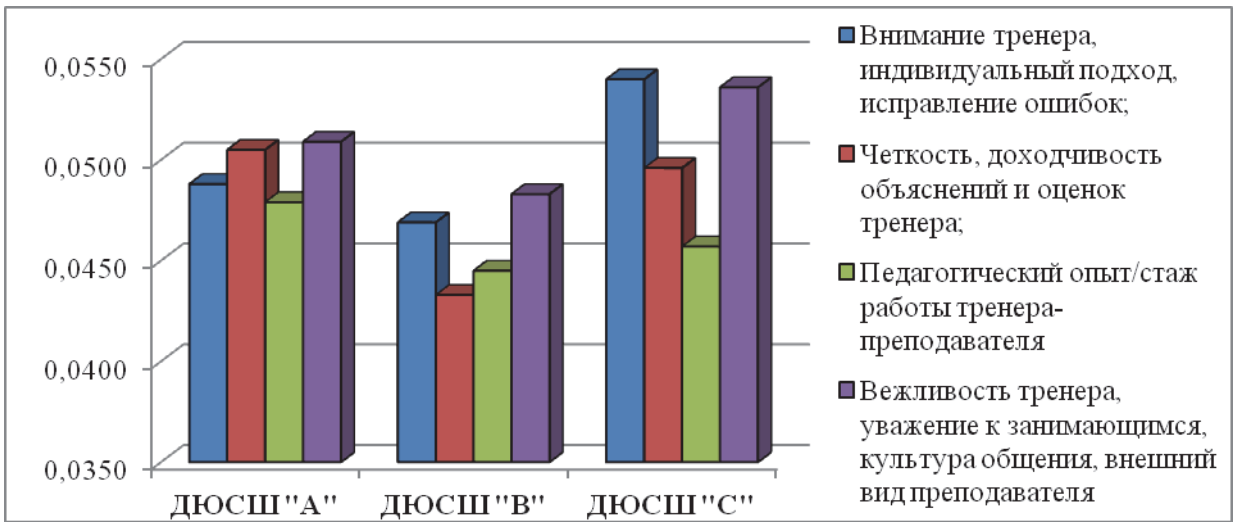


Рис.1. Показатели конкурентоспособности услуги по группе параметров «Профессиональные и личные качества тренера-преподавателя»

Показатели конкурентоспособности услуги по группе параметров «Тренировочный процесс и соревнования» показывают, что лидирующие позиции с суммарным коэффициентом 0,1583 у.е. занимает ДЮСШ «С», ДЮСШ «В» значительно уступает по всем параметрам двум другим спортивным школам (рис.2).

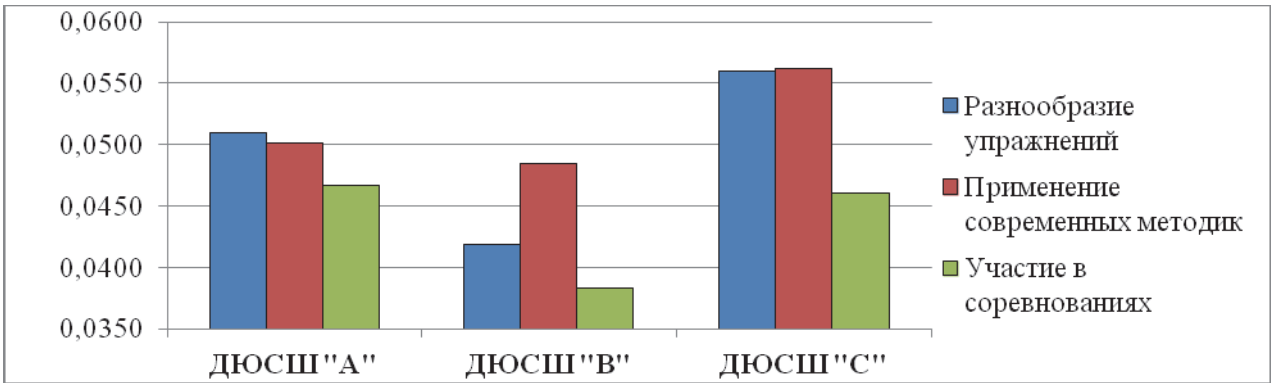


Рис.2. Показатели конкурентоспособности услуги по группе параметров «Тренировочный процесс и соревнования»

Третья по значимости группа параметров, показана на рисунке 3. Так, самая низкая конкурентоспособность услуги по суммарному показателю наблюдается в ДЮСШ «А», а самая высокая в ДЮСШ «С».

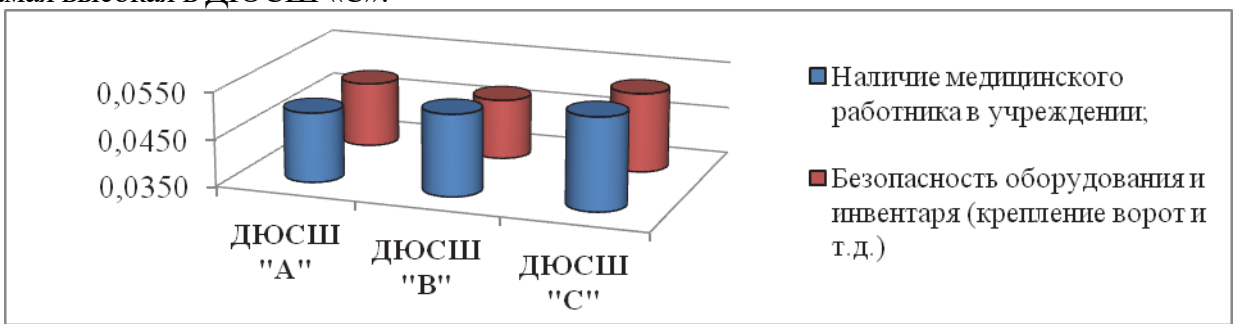


Рис.3. Показатели конкурентоспособности услуги по группе параметров «Безопасность занятий»

Следует отметить, что безопасности проведения занятий мини-футболом, несомненно, отводится одно из важных мест в системе организации учебно-тренировочного процесса спортсменов, в связи с большим количеством занимающихся

Наряду с вышеуказанными параметрами, существенную роль в оценке конкурентоспособности физкультурно-спортивных организаций имеет их материально-техническая составляющая (рис.4).

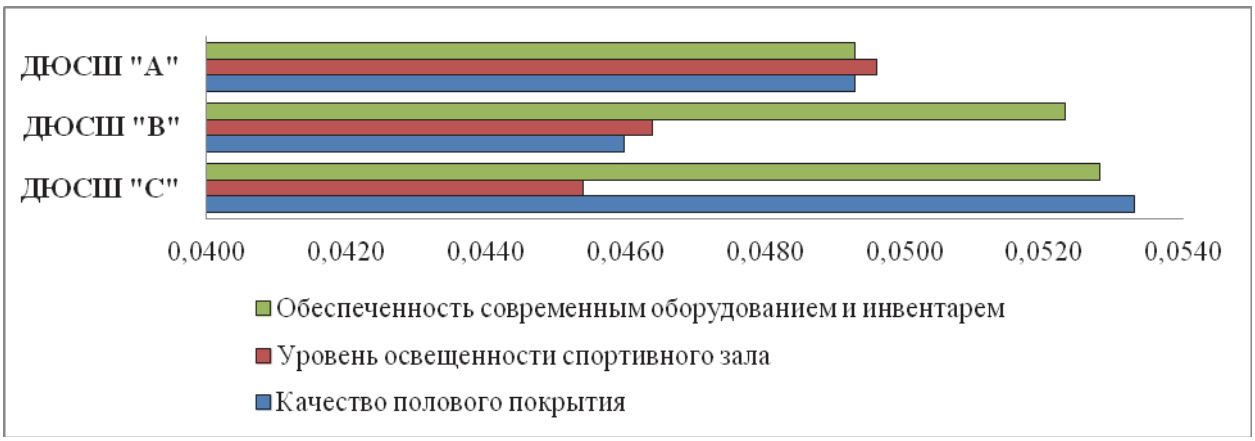


Рис.4. Показатели конкурентоспособности услуги по группе параметров «Материально-техническая оснащенность»

В результате исследования было выявлено, что по данному параметру все детско-юношеские спортивные школы имеют относительно равный групповой показатель. Вместе с тем, по отдельным параметрам выявлены значимые отличия в показателях.

Проведенное ранжирование детско-юношеских спортивных школ по 7 выделенным группам параметров конкурентоспособности (табл.3), свидетельствует о том, что большее количество наивысших показателей имеет ДЮСШ «С» (по 5 из 7 групп показателей), ДЮСШ «А» (2 из 7 групп показателей). Не выявлено преимуществ в параметрах конкурентноспособности физкультурно-спортивных услуг в ДЮСШ «В».

Таблица 3.

Ранжирование спортивных школ по показателям конкурентоспособности

№ п/п	Группа параметров услуги	Показатели конкурентоспособности		
		ДЮСШ «А»	ДЮСШ «В»	ДЮСШ «С»
1.	Профессиональные и личные качества тренера-преподавателя	0,1981 (2)	0,1830 (3)	0,2029 (1)
2.	Материально-техническая оснащенность	0,1482 (2)	0,1447 (3)	0,1515 (1)
3.	Тренировочный процесс и соревнования	0,1478 (2)	0,1287 (3)	0,1583 (1)
4..	Безопасность занятий	0,0986 (3)	0,1001 (2)	0,1064 (1)
5.	Санитарно-гигиенические условия	0,1434 (1)	0,1273 (3)	0,1305 (2)
6.	Дополнительные, сопутствующие и прочие параметры	0,1775 (3)	0,1846 (2)	0,2039 (1)
7	Доступность занятий	0,0863 (1)	0,0825 (2)	0,0799 (3)

Как показывает интегральный показатель конкурентоспособности услуг детско-юношеских спортивных школ (рис.5). конкурентный потенциал ДЮСШ «В» несколько ниже, чем у её видовых конкурентов, оказывающих услугу в занятиях мини-футболом. Однако, уровень удовлетворенности потребителей качеством услуг исследуемых детско-юношеских спортивных школ не достигает максимальных значений, что говорит о наличии резервов для повышения уровня конкурентоспособности ДЮСШ через повышение качества представления предлагаемых услуг.

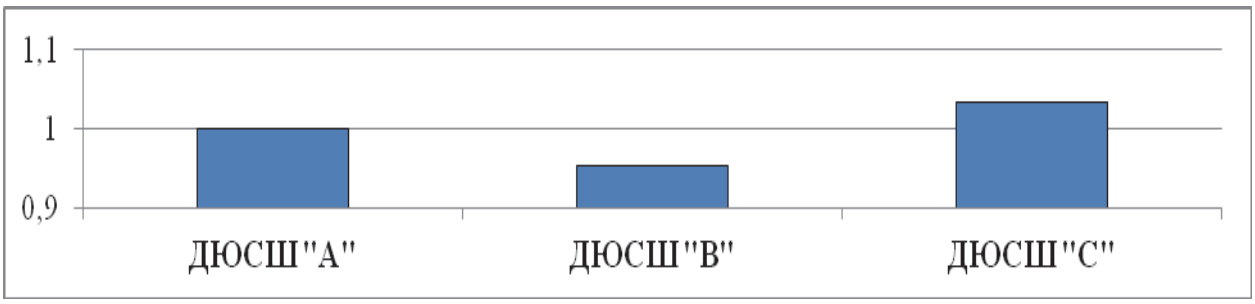


Рис.5. Интегральный индекс конкурентоспособности услуг учреждений

Наиболее конкурентоспособной является ДЮСШ «С», практически не уступает ей ДЮСШ «А», а ДЮСШ «В» значительно уступает указанным школам.

Для выявления приоритетных направлений коррекции качества услуг разработаны практические рекомендации, способствующие повышению конкурентоспособности физкультурно-спортивных услуг в учреждениях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Список литературы:

1. Аронов, Г.З. Функции управления качеством в сфере услуг физической культуры / Г.З. Аронов // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2012. – № 9(91). – С. 22-27.
2. Смирнов, С.И. Разработка модели качества фитнес-услуг / С.И. Смирнов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 9(79). – С. 130-134.
3. Степанова О.Н. Сегментирование рынка физкультурно-спортивных услуг: концептуальный подход, технология, примеры/ О.Н. Степанова // Теория и практика физ. культуры. - 2006. - N 2. - С. 49-54.

УДК 37.013.32

Е.В. Жирнова, Е.А. Васильева, Н.С. Лазутина, Ю.О. Лыкин

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ В МГТУ ИМ. Н.Э. БАУМАНА

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана (национальный исследовательский университет)», г. Москва, Россия, elen-zhirnov@yandex.ru

Аннотация: В статье рассматривается проблема увеличения числа молодых людей, имеющих отклонения в состоянии здоровья(специальная медицинская группа), проведен анализ данных по частоте встречаемости заболеваний и ее изменение за последние 8 лет, а также приведены краткие рекомендации по организации занятий и использованию средств физического воспитания в процессе обучения данной категории студентов.

Ключевые слова: Молодежь, физическая культура, здоровьесберегающие технологии, отклонения в состоянии здоровья, аэробные нагрузки.

E.V. Zhirnova, E.A.Vasilieva, N.S. Lazutina, Y.O.Lykin

SOME ASPECTS OF CLASSES' ORGANIZATION WITH OF SPECIAL MEDICAL GROUP IN THE MSTU BAUMAN.

Bauman Moscow State Technical University, Moscow, Russia, elen-zhirnov@yandex.ru

Annotation: the article deals with the problem of increasing the number of young people with deviations in health status (special group), we have analyzed the frequency of illnesses and its change over the last 8 years, and also given brief recommendations how to organize classes and use physical education means in the process of teaching this category of students.

Key words: Youth, physical culture, health saving technologies, deviations in health status, aerobic exercise.

Основываясь на наблюдениях за студентами МГТУ им. Н.Э.Баумана в период с 2008 по 2016 год можно сделать вывод, что количество молодых людей с отклонениями в состо-

янии здоровья, требующих существенного ограничения физических нагрузок и относящихся к специальной медицинской группе год за годом возрастает. Так, если по данным 2008 года количество таких студентов составляло 11,5 процентов от общего числа занимающихся, то в 2016 году эта цифра возросла до 15,2 процентов. Такое увеличение числа лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья требует все большего внедрения в процесс обучения здоровьесберегающих технологий.

Для выбора средств и методов физического воспитания в процессе проведения занятий со студентами нам необходимо знать наиболее часто встречающиеся заболевания, с которыми студенты направляются в специальную медицинскую группу. Для этого был организован опрос учащихся, а также проведен статистический анализ результатов медицинского осмотра (использованы данные «паспортов здоровья», который студенты получают ежегодно при прохождении диспансеризации).

В 2010-2011 г. были проанализированы данные по 615 студентов, в 2015-2016 — 664 студента. Преимущественный возраст участников опросов — 18-22 года.

В таблице 1 мы приводим процентное соотношение по наиболее часто встречающимся группам заболеваний с которыми сталкиваются преподаватели специальной медицинской группы.

Как мы видим из полученных данных за период с 2010 по 2016 год наиболее часто нам приходится сталкиваться с заболеваниями сердечно-сосудистой системы (ПМК, гипертония, МАРС) , заболеваниями глаз (миопии высокой и средней степени) и повреждениями и заболеваниями опорно-двигательного аппарата (грыжи, плоскостопие, заболевания суставов, нарушения осанки, сколиозы, остеохондрозы, последствия травм). При этом за прошедший период резко возросло число студентов с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата, что возможно связано с уменьшение физической активности у молодежи за прошедшие годы.

Существенное снижение числа студентов с нарушением слуха связано с общим уменьшением количества таких учащихся в МГТУ им. Н.Э. Баумана (обучение проводится по специальной программе), а также большую вовлеченность их в занятия адаптивным спортом в спортивных секциях, не подпадающих под статистику проводимую среди студентов, занимающихся в спецмедгруппе.

Таблица 1 “Процентное соотношение различных групп заболеваний у студентов специальной медицинской группы”

Группы заболеваний	2010-2011 уч.год	2015-2016 уч.год
ЗАБОЛЕВАНИЯ ГЛАЗ	19,7%	**21,8%**
ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ	8,8%	**10,54%**
ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК	5,4%	3,16%
ЗАБОЛЕВАНИЯ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ	6,7%	5,27%
СЕДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	31,2%	26,05%
ЗАБОЛЕВАНИЯ И ПОВРЕЖДЕНИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	18%	**37,65%**
НАРУШЕНИЯ СЛУХА	8,1%	3,16%
ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	2-3%	10,5%

Также мы можем отметить, что по сравнению со студентами, относящимися к основной группе здоровья, студенты специальной медицинской группы имеют больше пропусков занятий по болезни, менее устойчивы к сезонным вспышкам инфекционных заболеваний, что говорит о слабом иммунитете.

В отношении общей физической подготовленности следует сказать, что часть наших студентов слабо знакомо даже с теоретической основой выполнения физических упражнений: плохая подготовка в технике бега, неумение правильно выполнять упражнения, требующие проявление гибкости, координационных, скоростных способностей (приседания, подтягивания, прыжки и т.д.). При проведении теста на гибкость 19,8 процентов занимающихся (в основном юноши) не могут при наклоне стоя с прямыми ногами достать кончиками пальцев рук до пола. Это является результатом отсутствия самостоятельных занятий физической культурой и недостаточного внимания к таким детям во время школьных уроков физкультуры, вплоть до полного освобождения от физкультуры.

Однако, если посмотреть на распределение частоты заболеваний, служащих основанием для зачисления студентов в специальную медицинскую группу, можно отметить, что регулярные дозированные физические нагрузки, практикуемые с раннего детства, приводят к устойчивой ремиссии при ряде заболеваний, исчезновению уже существующих и профилактике возникновения новых.

Так при заболеваниях сердечно-сосудистой системы в ЛФК практикуется большая доля циклических нагрузок на невысоком пульсе (до 130-140 уд. в мин). Такими нагрузками могут быть плавание, лыжи, ходьба, сочетание легкого бега с ходьбой, езда на велосипеде. Данная активность благотворно воздействует на весь организм, нормализуя обменные процессы, тренируя ССС, дыхательную систему, укрепляя мышечный и связочный аппарат.

Для профилактики и лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата необходима суставная гимнастика, включающая в себя как упражнения с собственным весом в различных исходных положениях, так и упражнения на развитие гибкости.

Комплексы упражнений для глаз, включающие в себя различные движения глазами, моргание, зажмуривание, перенос взгляда на предметы, находящиеся ближе-дальше также помогают избежать проблем с ухудшением зрения. Такие упражнения можно выполнять, как в рамках уроков физкультуры, так и на обычных уроках и при самостоятельных занятиях.

Перечисленные виды активности не требуют сложного инвентаря, понятны и доступны всем, при правильной дозировке даже людям имеющим категории здоровья Д3 и Д4 и могут привести в итоге к процентному снижению количества имеющих ограничение по физическим нагрузкам молодых людей.

На данный момент мы наблюдаем рост числа студентов отнесенных к специальной медицинской группе. Это свидетельствует о недостаточном внимании к проблеме на уровне семьи, дошкольного и школьного образования. Считаем полезным увеличение числа уроков физкультуры в школе до 3х в неделю. В процессе учебного дня необходимо обеспечить проведение физкультминуток во время и между уроками, а также давать освобождение от физкультуры только в случаях с особо сложными диагнозами, требующими занятий адаптивной физической культурой в лечебном учреждении. Остальным же лицам с ограничениями по здоровью дозированная физическая нагрузка необходима даже более, чем имеющим основную группу здоровья.

Опираясь на опыт организации занятий со специальной медицинской группой в МГТУ им. Н.Э. Баумана мы рекомендуем занятия как минимум два раза в неделю, с использованием всех доступных средств и методов физической культуры, учитывая индивидуальные особенности, но с меньшей интенсивностью, чем у студентов основной группы

Одной из важных задач стоящих перед кафедрой физического воспитания в ВУЗе является приобщение студентов к регулярным занятиям физической культурой, дать теоре-

тические знания в области физической культуры и спорта, а также научить применять эти знания на практике, в том числе и занимаясь самостоятельно.

УДК 37.04

К.В. Чедов, к. п. н., доцент; Н.Г. Шихова

СПОРТИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ НА ОСНОВЕ СЕТЕВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ОРГАНИЗАЦИЙ ОБЩЕГО, ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Федера*льное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Пермский государственный национальный исследовательский университет», г. Пермь, Россия, chedovkv@yandex.ru

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 13», г. Кунгур, Россия, gvardija-13@yandex.ru

Аннотация. *На современном этапе развития школьного образования наблюдается значительный рост педагогических инноваций. Одной из таких инноваций является спортизация физкультурного образования учащихся общеобразовательных школ. В этой связи возникает необходимость в реализации индивидуального подхода в подборе физических нагрузок для детей школьного возраста. Вопросы индивидуализации целесообразно решать на основе разработки и реализации индивидуальных траекторий учащихся, направленных на развитие их физического здоровья.*

Ключевые слова: спортизация, сетевое взаимодействие, индивидуальная траектория физического состояния.

K. Chedov, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor
N. Shikhova

SPORTIZATION OF STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION BASED ON NETWORKING COOPERATION OF INSTITUTIONS OF GENERAL, SUPPLEMENTARY AND VOCATIONAL EDUCATION

Perm State University, Perm, Russia, chedovkv@yandex.ru
Secondary General Education School № 13, Kungur, Russia, gvardija-13@yandex.ru

Abstract. *At the present stage of school education development considerable growth of pedagogical innovation is observed. One of these innovations is sportization of physical education of comprehensive school pupils. In this regard the need for implementation of individual approach in the selection physical loads for school age children is arisen. Questions of individualization appropriate should solve through the development and implementation of individual trajectories of high school students aimed at the development of their physical health.*

Key words: sportization, networking cooperation, individual trajectory of physical state.

В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа», и «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» забота о здоровье подрастающего поколения отмечена, как одна из приоритетных задач государства. Дети проводят в школе значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело семьи и школы. Новая модель общего образования, представленная в Федеральных государственных образовательных стандартах, делает основной акцент на целостное развитие личности, которое подразумевает под собой и всестороннюю физическую подготовку учащихся. Особое значение приобретает формирование личностной спортивной культуры учащихся - сюда можно отнести методы воспитания бойцовского характера, высокую культуру тренировки, восстановления и самоконтроля, а также формирование собранности, организованности и упорства в достижении поставленных целей.

Одной из приоритетных задач современной школы является – развитие массовой физкультуры и спорта, увеличение охвата детей и подростков, занимающихся различными видами спорта. Актуальность этой задачи определяется необходимостью решения следующих проблем: ухудшение здоровья детей и подростков, которое обусловлено низкой двигательной активностью, низким охватом школьников горячим питанием, уменьшением продолжительности сна и прогулок, что вызывает стрессовое воздействие на организм; увеличение числа правонарушений среди детей и подростков в связи с низкой занятостью детей и подростков, безнадзорностью.

Для решения вышеперечисленных проблем нами разработана инновационная программа «Спортизация физического воспитания учащихся на основе сетевого взаимодействия организаций общего, дополнительного и профессионального образования», сущность которой состоит в том, чтобы создать модель сетевого взаимодействия организаций основного, дополнительного и профессионального образования с целью спортизации физического воспитания учащихся с учетом их индивидуальных интересов, потребностей и способностей.

Реализация программы основана на следующих принципах спортизации физического воспитания [1, с. 24; 2, с. 7]:

1. Принцип конверсии (конверсия от лат. conversio – «обращение, вращение; превращение»). Данный принцип предполагает использование высокоэффективных организационных и содержательных составляющих спортивной подготовки в практике физического воспитания детей, подростков и молодежи.

2. Принцип гармоничности развития личности обучающегося. Организация инновационной деятельности предполагает освоение учащимися ценностей здорового образа жизни с учетом их интересов, потребностей и возможностей.

3. Принцип активного развития физического потенциала. Объединение учащихся по интересам в сфере физкультурной, спортивной или оздоровительной деятельности, по потребностям и уровням притязаний, а также по потенциальным перспективам их физического совершенствования в отдельные коллективы - учебно-тренировочные группы. Занятия в учебно-тренировочных группах проводятся не менее трех раз в неделю по 1,5 -2 академических часа.

4. Принцип накопления потенциала социальной активности и толерантности. Спортизированное физическое воспитание рассматривается как пространство деятельностной социализации личности ребенка и подростка, обеспечивающее естественные условия формирования его сбалансированной социальной активности, умения достойно и честно побеждать и проигрывать, извлекая из неудач уроки, обеспечивающие будущие победы.

5. Принцип свободы выбора. Ребенок и подросток вместе со своими родителями свободно выбирают вид спорта или другую форму занятий физическими упражнениями. Согласно данному принципу, учебный процесс может и должен быть адаптирован для учащихся независимо от их физического здоровья.

Модель сетевого взаимодействия в условиях инновационной деятельности выстраивается на основе взаимовыгодного сотрудничества общеобразовательной школы, спортивных клубов и ВУЗов. В данном случае инициатором программа выступает МАОУ СОШ №13 г. Кунгур, на базе которой реализуется инновационная деятельность. На базе школы проводятся учебно-тренировочные занятия. Из числа учреждений дополнительного образования г. Кунгура в нашей инновационной педагогической деятельности принимают участие МБОУ ДОД ДЮСШ «Уралец» и МБОУ ДОД ДЮСШ «Лидер». Тренеры-преподаватели данных спортивных школ проводят учебно– тренировочные занятия, разрабатывают рабочие программы по видам спорта и систему оценивания подготовленности учащихся.

Научно–методическое сопровождение программы на начальном этапе ее реализации осуществлял Чайковский государственный институт физической культуры. В настоящее время научное руководство осуществляется Пермским государственным национальным ис-

следовательским университетом. Специалистами Университета проводятся обучающие семинары для педагогов школы по применению современных здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательном процессе, осуществляется консультативная помощь педагогам и учащимся при их научно-исследовательской и учебно-исследовательской деятельности.

Управление сетевым взаимодействием образовательных организаций в рамках данной инновационной программы осуществляет Координационный совет. В состав Координационного совета входят директор школы, руководители учреждений дополнительного образования, научный руководитель программы - представитель университета, член Совета школы, представляющий интересы родителей. Координационный совет собирается не менее 2-х раз в год и по мере необходимости.

Для реализации мониторинга психофизического состояния учащихся предусматривает тестирование уровня их психофизического состояния и компьютерную обработку результатов тестирования, построение информационных моделей физического состояния школьника на основе компьютерной программы «Физмонитор». Данная программа обработанные данные выдает в виде формализованных отчетов и диаграмм: «индивидуальная карта физического здоровья и физической подготовленности»; «динамика физического здоровья и двигательной подготовленности ученика»; рекомендации по организации двигательного режима ученика во внеурочное время с учетом уровня физического здоровья и состояния функциональных систем организма.

По результатам итогового тестирования прошлого учебного года (при организации мониторинга - исходного) учителем физической культуры проводится анализ состояния физического здоровья школьников, определяется цель следующего (текущего) учебного года и ставятся задачи, по ее достижению, для каждого учащегося. На основе данных оперативного и этапного тестирований производится предварительное подведение итогов, при необходимости проводится корректировка рабочих программ.

Оперативный и этапный контроль позволяет оптимизировать физические нагрузки на физкультурных занятиях на основе индивидуализации их дозирования.

Итоговое тестирование позволяет зафиксировать достигнутый результат, определить эффективность учебного года, выделить проблемные моменты и определить цель следующего года.

Формирование учебно-тренировочных групп осуществляется в начале учебного года согласно принципу «свобода выбора». С этой целью в школе проводится Ярмарка видов спорта, на которой тренерами-преподавателями осуществляется презентация видов спорта в форме мастер-классов, пресс-конференций, своеобразного спортивного форума, на котором каждый учащийся может поучаствовать в практических занятиях по видам спорта. В дальнейшем осуществляется формирование списков учебно-тренировочных групп по видам спорта. Важным является создание условий для занятий физическими упражнениями учащимся, отнесенным к подготовительной и специальной медицинским группам, а также учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Таким учащимся предлагается заниматься в щадящем режиме по выбранному виду двигательной активности, а также с использованием таких видов как шашки, шахматы, бильярд. В ходе реализации экспериментальной программы осуществляется физкультурно-спортивная ориентация школьников на основе наблюдений за динамикой их физического состояния, изменением интересов и потребностей. В этом случае учащимся предоставляется возможность перехода из одного вида спорта в другой не чаще одного раза в учебной четверти.

Важным компонентом нашей инновационной деятельности является педагогическое сопровождение учащихся при разработке и реализации индивидуальных траекторий физического совершенствования (ИТФС).

Координирующую функцию в разработке и реализации индивидуальной траектории физического совершенствования учащихся выполняет учитель физической культуры. В

ходе разработки данной траектории учащийся может советоваться с родителями, классным руководителем, учителями-предметниками, психологами.

Разработка и реализация индивидуальной траектории физического совершенствования учащихся осуществляется в определенной последовательности:

1. Учитель физической культуры, на основе личных наблюдений, тестирования уровня физической подготовленности, соматического здоровья, изучения продуктов творческой, спортивной деятельности и документов ученика (портфолио), анализирует его индивидуальные особенности. На основе применения программы «Физмонитор» составляются на каждого ученика электронная карта, где регистрируются результаты тестирования физического состояния, составляются профили физического здоровья и двигательной подготовленности.

Таким образом, учитель физической культуры на этом этапе разрабатывает собственную версию ИТФС для учащегося.

2. В процессе серии индивидуальных бесед или групповых обсуждений учитель физической культуры совместно с учащимся обсуждает его возможности и перспективы построения ИТФС, мотивируя учащегося на формулирование его собственного видения пути индивидуального развития, корректируя при необходимости и свои представления, и самооценку обучающегося. При разработке ИТФС учащихся начальных классов большое значение имеет активное взаимодействие учителя физической культуры т классного руководителя с родителями.

3. Для формирования готовности обучающегося к ответственному свободному выбору содержания ИТФС и развития соответствующих навыков учитель физической культуры моделирует педагогические ситуации (тренинги общения, деловые игры и проч.) или использует спонтанно возникающие в учебно-воспитательном процессе, в микро- или макрогруппах, в которые включен учащийся.

4. Учащийся и педагог совмещают свои представления об ИТФС и корректируют, определяя последовательность, темп выполнения запланированной деятельности и прочие ее аспекты, в т. ч. организационного плана. Результаты фиксируются в «дневниках физического совершенствования» учащихся.

5. Педагог удостоверяется в том, что учащийся понимает и принимает на себя ответственность за результаты выбора (беседы, наблюдения за поступками в учебной и внеурочной сфере), и разрешает ему действовать самостоятельно в процессе реализации «пробной» (кратковременной) ИТФС, консультируя при необходимости.

При этом он наблюдает за характером межличностного общения ученика, фиксирует и изучает динамику его продвижения по траектории и при необходимости создает мотивирующие ситуации для стимулирования активности учащихся.

6. Мотивация и коррекция продвижения ученика по ИТФС происходит в процессе групповых и индивидуальных консультаций, для учащихся и родителей. При этом анализируются как типичные проблемы учащихся, связанные со спецификой физического развития, так и специфичные ситуации построения индивидуальных траекторий.

7. Со своей стороны, реализуя запланированную деятельность, обучающиеся встречаются с проблемными ситуациями, которые не могут разрешить самостоятельно. Обращаясь с запросом о поддержке к педагогу, они вступают в ситуацию взаимодействия с ним, активно участвуют в смоделированных им ситуациях деятельности и общения. В результате ими разрабатывается индивидуальный алгоритм самостоятельного разрешения проблемы или же они приобретают необходимый для этого опыт.

8. Учитель физической культуры совместно с учащимися организует презентацию результатов реализации ИТФС и рефлексию процесса в целом в разнообразных формах (от индивидуального общения, микрогрупповых обсуждений до массовых коллективных творческих дел и шоу-технологий).

9. Большую роль в педагогическом сопровождении детей и подростков при разработке и реализации ИТФС играет школьный психолог. Он постоянно взаимодействуют с детьми, способствует созданию ситуаций успеха, проводит беседы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми специальной медицинской группы здоровья. Деятельность психолога имеет особое значение в ходе создании новых микроколлективов при формировании учебно-тренировочных групп по видам спорта.

Важную роль при реализации инновационной программы играют родители. Сотрудничество с родителями включает в себя проведение Ярмарки видов спорта, проведение общешкольного спортивного Форума, сотрудничество со Школьным спортивно-патриотическим клубом (ШСПК) «Кировец». ШСПК «Кировец», создан на базе школы в 2014 году с целью создания условий для совместных занятий видами двигательной активности и спортом всех участников образовательного процесса – учащихся, педагогов, родителей.

Таким образом, задачей современной школы является обеспечение каждому учащемуся индивидуальной траектории совершенствования физического состояния на основе осознания своих возможностей и имеющегося выбора содержания и форм образовательной деятельности. Данный аспект приобретает особую значимость при спортизации общеобразовательных школ, когда каждому учащемуся предоставляется возможность занятий физическими упражнениями в режимах оздоровительной или спортивной тренировки.

Библиографический список.

1. Бальсевич В.К. Перспективы развития общей теории и технологии спортивной подготовки и физического воспитания / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2004. №3. – С. 21-40.

2. Лубышева Л.И. Конверсия высоких спортивных технологий как методологический принцип спортизированного физического воспитания и «спорта для всех» // Теория и практика физической культуры. - 2015. - № 4. С. 6–8.

Е.М. Корякина, руководитель физического воспитания

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В СПО

ГБПОУ Свердловской области «Талицкий лесотехнический колледж им. Н.И.Кузнецова», г. Талица, Свердловская область, Россия, e-mail: elizavetakjryakina@mail.ru

Аннотация: *В статье обосновывается практическая деятельность применения инновационных технологий в образовательном процессе физического воспитания студенческой молодежи колледжа. Проведен анализ современных методов и приемов инновационного образования физкультурно-спортивной деятельности. Особое внимание уделено использованию технологии саморазвивающего обучения. Обоснованы перспективы использования инноваций в СПО.*

Ключевые слова: *образование, инновационные технологии, самоактулизация, самоутверждение, методология.*

E. Koryakina, head of Physical Education

THE USE OF INNOVATIVE EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN THE PRACTICE OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS IN SPO

State budget professional educational institutions of the Sverdlovsk region "Talitsky Forestry College. N.I.Kuznetsova "of Talitsa, Sverdlovsk Oblast, Russia, e-mail: elizavetakjryakina@mail.ru

Abstract*: The article explains the practical activity of the application of innovative technologies in the educational process of physical education college student youth. The analysis of modern methods and techniques of innovative education sports activity. Particular attention is paid to the use of self-developing learning technologies. The prospects of innovation in open source software.*

Key words: *education, innovative technology, self-actualization, self-assertion, metodolgiya.*

Совершенствование системы образования в нашей стране требует внедрения новых идей во всех её сферах, в том числе и в физическом воспитании учащейся молодежи среднего профессионального образования. В первую очередь это связано с изменением технологии преподавания физической культуры, которая сможет обеспечить необходимый уровень здоровья и психофизической готовности будущих специалистов к разнообразным условиям жизнедеятельности. В современной педагогической науке и практике разработан достаточно широкий набор образовательных технологий.

Актуальность внедрения инноваций в сфере физической культуры обусловлена серьезными проблемами в состоянии здоровья молодежи. Спрос на инновации в данном направлении наблюдается во всех сферах физической культуры, особенно в вопросах совершенствования методов работы, в подборе оригинальных средств и путях их внедрения в практику.

На сегодняшний день самая острая требующая срочного решения проблема - низкая физическая подготовленность и физическое развитие студенческой молодежи. Реальный объем двигательной активности студентов не обеспечивает полноценного развития и укрепления здоровья подрастающего поколения, увеличивается число обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Ситуация еще усугубляется и тем, что у большинства студентов с ослабленным здоровьем отсутствует интерес к физической культуре. Как правило, такие студенты не в состоянии выполнять элементарные упражнения, избегают занятий физической культурой. Все это ведет к снижению мотивации к занятиям физической культурой и спортом, приводит к снижению уровня индивидуального здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физической подготовленности студентов.

На наш взгляд, нам уже удалось достичь определенных успехов.

В своей работе, уже на протяжении трех лет, мы используем образовательные технологии саморазвивающего обучения, включающие в себя такие важные направления, как: самосовершенствование, самовоспитание и самоут-верждение; технологию самообразования и самоактулизации для достижения личных и социальных целей и адаптации в социуме.

Первое, что мы сделали, это провели опрос студентов 1-3 курсов по специально разработанным анкетам. Принявшие участие в исследовании студенты, в зависимости от их отношения к физической культуре и уровня физкультурно-спортивной активности, условно были разделены на 3 группы:

1. Студенты с низкой физкультурно-спортивной активностью (занятия спортом не превышают 2-х часов в неделю

2. Студенты с оптимальной физкультурно-спортивной активностью (6 часов и более в неделю)

3. Студенты, не проявившие физкультурно-спортивной активности (не имеющие свободного времени на занятия физической культурой и спортом)

Анализ анкетирования показал, что активно занимаются физичес-кими упражнениями лишь 15,1 % обучаемых, периодически — 61,5 %, а 23,4% студентов не имеют свободного времени на занятия физической культурой и спортом.

Проведенный анализ позволил нам оценить отношение студентов к ценностям физической культуры, а также мотивацию современных студентов к физкультурно-спортивной деятельности. Мы определили, что для привле-чения учащихся к занятиям физической культурой и спортом необходим поиск новых организационных форм, средств и методов, позволяющих более эффективно реализовывать должное направление в колледже.

Исходя из этого, была определена главная цель работы: совершенствование методов работы в подборе оригинальных средств и путей их внедрения в практику.

В соответствии с целью были определены основные задачи:

- разработка методологии формирования здорового образа жизни;

-воспитание потребности к ведению здорового образа жизни и укрепления здоровья;

- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

Для выполнения этих задач были определены основные направления работы:

- Комплексное использование информационных и коммуникацион-ных технологий обучения для самостоятельного освоения студентами теоретического и методического разделов программы:

1) Разработка электронной рабочей тетради, которая предполагает комплексный подход к поддержке учебного процесса на всех этапах освоения знаний, умений и навыков, предусмотренных в программе по дисциплине «Физическая культура».

Созданная рабочая тетрадь содержит необходимый теоретический и методический материал по основным блокам:

- ✓ Информационный
- ✓ Тестово-информационный (проверка усвоенного)
- ✓ Коррекционно-информационный (дополнительное обучение)
- ✓ Проблемный (решение задач на основе полученных знаний)
- ✓ Блок проверки и коррекции

2) Включать в работу информационные ресурсы сети Интернет и развивающие компьютерные игры спортивного содержания; систему разнообразных домашних заданий;

3) Разработка индивидуальной карты самоконтроля «Паспорт профессионально-прикладной физической подготовленности студента» и ведение личного дневника самоконтроля (личной карты здоровья обучающегося).

Наша задача научить студентов определять уровень своего физического здоровья с помощью тестов, стандартов, методик. Обучающие исследуют свое физическое развитие с помощью антропометрических стандартов, индексов, двигательных тестов, определяют уровень рейтинга в группе.

Паспорт профессионально-прикладной физической подготовленности студента

Студента группы _____ ГБПОУ СО «ТЛК им. Н.И.Кузнецова»
Ф. И.О._____
Дата рождения _____
Группа здоровья _____
Вес_____ рост_____

№ тестов	Наименование двигательных тестов и рейтинг студента	1 семестр 20 . – 20 уч. год		2 семестр 20 – 20 уч .год		Положительная или отрицательная динамика
		Результаты тестов	количество баллов	Результаты тестов	количество баллов	
1.	Бег 30 метров					
2.	Челночный бег 10 х10 м.					
3.	Бег 100 метров					
4.	Бег 400 метров					
5.	Бег 800 метров					
6.	Бег 2000 метров (девушки)					
7.	Бег 3000 метров (юноши)					
8.	Метание гранаты					

9.	Подтягивание из виса на высокой (низкой) перекладине					
10.	Прыжок в длину с места					
11.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз в мин.)					
12.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)					
13.	Бег на лыжах 3 км или 5 км					
14.	Стрельба из пневматической винтовки					
15.	Прыжки на скакалке (1 мин.)					
16.	Прыжки на скакалке (5 мин.)					
17.	Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа					
18.	Вис на согнутых руках (мин, сек) (юноши)					
	Средний балл					
	Рейтинг в группе					
	Подпись преподавателя_____					

Курс	Дата исследования	ДТЛ стоя		МТ		ОГК		ЖЕЛ		САД		ДАД		ЧСС		ТТ
		см	Ц.и.	кг	Ц.и	см	Ц. и.	млл	Ц.и	мм	Ц.и	мм	Ц.и	кол	Ц.и	индекс
I	09.2015															
	05.2016															
II	09.2016															
	05.2017															
III	09.2017															
	05.2018															
IV	09.2018															
	05.2019															

ДЛТ стоя – длина тела стоя; МТ – масса тела; ОГК – окружность грудной клетки, ЖЕЛ – жизненная емкость легких; САД – систолическое артериальное давление; ДАД – диастолическое артериальное давление; ЧСС – частота сердечных сокращений; Ц.и. – центильный интервал; ПДсМ – прыжок в длину с места; КДп – кистевая динамометрия правой руки; КДл – кистевая динамометрия левой руки; ДТЛ сидя – длина тела сидя; ДЛН – длина ног; ДЛОЗ – длина окружности запястья; УФР – уровень физического развития; РГ – рейтинг в группе.

Курс	Дата исследования	ПДсМ	КДп		КДл		ДТЛ сидя	ДЛН	ДЛОЗ	УФР	РГ
		см	кг	Ц.и	кг	Ц.и	см	см	см		
I	09.2015										
	05.2016										
II	09.2016										
	05.2017										
III	09.2017										
	05.2018										
IV	09.2018										
	05.2019										

Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья)

4) Обеспечение наглядной информации о прогрессе достижений студента на протяжении учебы в колледже.

Студенты в конце каждого учебного года строят график профиля своего физического развития и делают выводы как об уровне своего здоровья (высокий, средний, низкий), так и гармоничности физического развития.

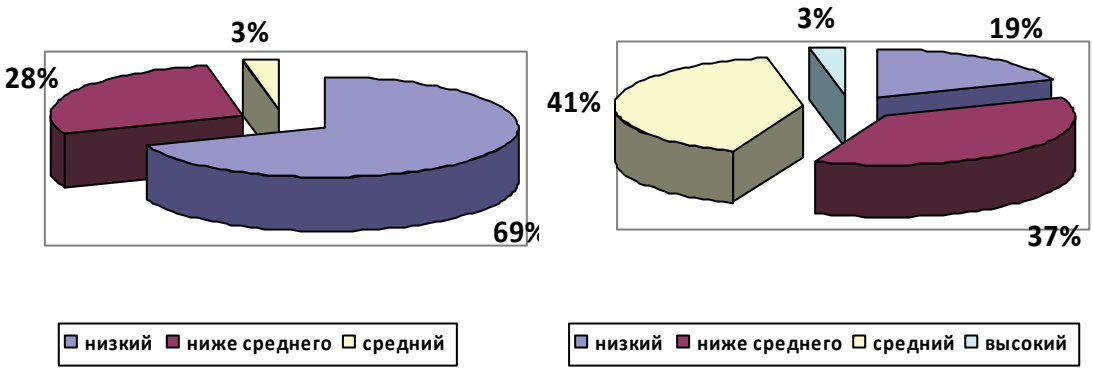
После чего идет формирование системы коррекционных и реабилитационных мероприятий по сохранению здоровья и созданию оптимальных условий для осуществления поставленных целей.

1) Составление индивидуального плана физического саморазвития студента;

2) Использование мотивационного заряда воспитания отстающих физических качеств и, опираясь на индивидуальный подход, в соответствии с достигнутыми результатами, обязательно и последовательное усложнение стоящих перед студентами задач, передачи им все более творческого характера, вплоть до самостоятельной долговременной программы индивидуальной физической тренировки в период обучения в колледже и после его окончания. Все это и будет подлинным осуществлением индивидуального подхода в физическом воспитании и формировании личности будущего специалиста.

При анализе полученных данных было отмечено, что при поступлении на первый курс колледжа многие имели низкий уровень физического развития. После года занятий у студентов отмечалась положительная динамика влияния занятий физической культурой на уровень физического здоровья.

Если при поступлении в колледж наблюдалось, что 69% студентов имели низкий уровень здоровья и 28% ниже среднего уровня, то к началу второго года обучения соотношение было следующим: 19% - с низким уровнем здоровья, 37% - ниже среднего, 41 % - со средним уровнем.



Учитывая вышеизложенное, при рассмотрении перспективы совершенствования физического воспитания следует определить, какой должна быть современная структура учебного процесса, что должны представлять собой составляющие его элементы, каковы должны быть особенности взаимосвязей между ними.

Важнейшей концептуальной особенностью современной системы физического воспитания является установка на комплексное формирование основ физической культуры человека, которая рассматривается в неразрывной связи со всеми остальными составляющими культуры. А важнейшее место в этом процессе имеет культура здорового образа жизни – как важнейшая составляющая общей культуры человека. В рамках такого процесса должны рационально решаться задачи овладения двигательными умениями и моторного развития. Поэтому в программу физического совершенствования молодежи должны быть включены: эффективное и направленное развитие физических качеств, освоение новых двигательных координаций, оздоровительная подготовка, успешное овладение основными ценностями физической культуры.

ЛИТЕРАТУРА

1. Взаимосвязь физической культуры с учебной и профессиональной деятельностью. / И.С. Сырвачева //Теория и практика физической культуры.-М.,-2009,-№1

2. Ивахненко, Г.А. Здоровьесберегающие технологии в российских вузах [Текст] / Г.А. Ивахненко // Вестник Института социологии. – 2013. –№ 6.

3. Методика и программа мониторинга здоровья и физической подготовленности слушателей Российской таможенной академии (РТА) /И.С. Сырвачева //Сб. научн. работ "Актуальные проблемы таможенного дела на рубеже тысячелетий: регион.аспект." - Владивосток, 2003.

4. Осмоловская, И.М. Инновации и педагогическая практика [Текст] / И.М. Осмоловская // Народное образование. – 2010.

5. Скрипко, Л.Е. Внедрение инновационных методов обучения: перспективные возможности или непреодолимые проблемы? [Текст] / Л.Е. Скрипко // Менеджмент качества. – 2012.

УДК:373.2+796.01

Гамирова Э.И., аспирант
Коновалов И.Е., доктор педагогических наук, доцент

ИНТЕГРАЦИЯ ОБЛАСТЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия, E-mail: elza0311@mail.ru

Аннотация. В статье проводится анализ федерального государственного образовательного стандарта, ключевого нормативного документа регламентирующего деятельность всей системы дошкольного образования, где прописываются цели, задачи, принципы, функции и требования к образовательным программам. Рассматривается вопрос применения средств физической культуры для повышения качества обучения в различных областях образовательной деятельности детей младшего дошкольного возраста, реализуемого в рамках дошкольных образовательных учреждений.

Ключевые слова: интеграция, области образовательной деятельности, дошкольные образовательные учреждения, физическая культура, экологическое образование, здоровье, речевое развитие.

Gamirova E.I., graduate;
Konovalov I.E., Doctor of pedagogical sciences, assistant professor

INTEGRATION OF THE AREAS OF EDUCATIONAL ACTIVITIES FOR CHILDREN IMPLEMENTED IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS IN

Povolzhskaya state academy of physical culture, sport and tourism, Kazan, Russia, E-mail: el-za0311@mail.ru

Abstract. The article analyzes the federal state educational standards, a key regulatory document regulating the activities of the entire system of preschool education, which spells out the goals, objectives, principles, functions and requirements for educational programs. The question of the use of means of physical training to improve the quality of training in various areas of educational activities for children of preschool age, realized in the framework of pre-school educational institutions.

Key words: integration, the field of educational activities, pre-school institutions, federal state educational standard, environmental education, speech development.

В связи с увеличением требований к качеству образовательного процесса детей, реализуемого в рамках дошкольных образовательных учреждений (ДОУ) возрастает роль всех его компонентов, включая физическое воспитание и другие виды образовательной деятельности.

В ДОУ сегодня реализуется большое количество методик и технологий, связанных с формированием у дошкольников знаний в области физической культуры и других видов образовательной деятельности как нового интегрированного направления деятельности, но практически нет конкретных программ, которые непосредственно решали бы задачи общего образования дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.

В современной системе дошкольного образования основной целью ДОУ является всестороннее развитие ребенка, что включает в себя решение трех взаимосвязанных задач: обеспечить полноценное воспитание и развитие, а также предоставить качественное образование. Решение этих задач не возможно без реализации одного из основных принципов Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО) – принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными способностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

Самая важная задача деятельности ДОУ, является физическое воспитание детей. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим развитием и воспитанием, как в первые шесть лет жизни ребенка. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, гармоничного физического, психического, социального и интеллектуального развития, всесторонней двигательной подготовленности [1].

В этой связи целью нашего исследования является изучение интеграции физической культуры в области образовательной деятельности детей дошкольного возраста.

Результаты исследования. Применение средств физической культуры в общем образовании детей является одним из перспективных направлений деятельности ДОУ, в рамках которой возможно решение одной из наиболее важных задач воспитания дошкольников - понимание ценности собственной жизни и здоровья, через формирование всесторонне развитой личности.

В контексте нашего исследования мы определили интеграцию как «процесс взаимопроникновения одних предметов в другие на содержательном уровне», т.е. реализация содержания физического воспитания в тесной взаимосвязи с другими образовательными областями деятельности детей дошкольного возраста [3].

В начале эксперимента была разработана и в последующем реализована программа по физической культуре с элементами других образовательных областей для обеспечения их высокой степени их интеграции, для обеспечения качественного образования, воспитания и развития.

В содержании экспериментальной программы были включены традиционные (подвижные игры) и не традиционные (элементы йоги) средства физической культуры.

Физическое упражнение, как средство физической культуры, является наиболее естественным и доступным видом деятельности человека, формирующим его характер, который в свою очередь определяет его отношение к окружающему миру, в том числе и к природе [2].

В дошкольном возрасте усвоение новых знаний в форме игровых физических упражнениях происходит успешнее, чем в процессе непосредственно образовательной деятельности. Обучающая задача, поставленная в игровой форме, имеет ряд преимуществ, ведь в игре ребенку понятна сама необходимость приобретения новых знаний и способов действий. Ребенок, увлеченный замыслом, не замечает того, что он обучается новому, хотя при этом он то и дело сталкивается с затруднениями, которые требуют перестройки его представлений и познавательной деятельности. Если на занятии ребенок выполняет задание взрослого, то в игре он решает свою собственную задачу.

В процессе общения с природой в игровой форме у детей воспитывается эмоциональная отзывчивость, формируются умение и желание беречь природу, видеть живые объекты во всём их многообразии, участвовать в создании необходимых условий для нормальной жизнедеятельности живых существ, находящихся в сфере детской досягаемости, понимать важность охраны природы, осознанно выполнять нормы поведения в природе [4].

Реализация принципа интеграции в освоении содержания образовательной области «Физическое развитие» («Формирование начальных представлений о здоровом образе жиз-

ни» и «Физическая культура»), основанная на совместной деятельности всех участников образовательного процесса в ДОУ, позволяет создавать предпосылки для обеспечения полноценного физического и психического развития личности и формирования навыков здоровьесбережения, являющихся составной частью развития детей.

При этом в каждой образовательной области в разных видах детской деятельности имеется возможность акцентирования внимания детей на правилах сохранения здоровья. В ходе проведения исследовательской деятельности, сравнительного наблюдения, в процессе проектирования, при чтении художественной литературы воспитатель имеет возможность рассматривать вопросы культуры здоровья, основ здорового образа жизни, правил здоровьесберегающего поведения, что способствует формированию у ребёнка ценностного отношения к своему здоровью [5].

Вся работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей в ДОУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания. Следовательно, интеграция образовательных областей в работе по здоровьесбережению выступает, как важный показатель эффективности организации деятельности в ДОУ.

Другой не менее важной задач деятельности ДОУ является коррекция речевых отклонений в развитии ребенка. Успешное преодоление речевого недоразвития возможно лишь при условии использования всего комплекса разнообразных средств и методов, способствующих умственному, интеллектуальному, психическому развитию, воспитанию нравственно-волевых черт личности, а также полноценному физическому развитию [6].

С целью предупреждения и преодоления отклонений в физическом развитии и двигательной сфере у детей с нарушением речи, в практику работы ДОУ был внедрен новый подход к проведению занятий, а именно, интегрированные занятия.

Интегрирование вышеперечисленных областей у детей, позволяет активизировать фантазию, развивается творческие способности в процессе двигательной деятельности, развивается умения действовать в коллективе, создают эмоциональный настрой на развитие интереса и желания заниматься физическими упражнениями, формируется правильное дыхание, развивается фонематический слух.

Таким образом, на основании всего изложенного выше, можно сделать вывод о том, что в настоящее время физическое воспитание, в силу многих обстоятельств и больших потенциальных возможностей, может и должно выступать в качестве основного наиболее продуктивного средства решения задачи интеграции основных областей образовательной деятельности детей, реализуемых дошкольными образовательными учреждениями. Использование на занятиях с детьми младшего дошкольного возраста традиционных и не традиционных средства физической культуры позволяет в полном объеме решать задачи их воспитания, образования и развития.

***Библиографический список*:**

1. Бикчиндаева Э.И. The use of moving games in the environmental education of children of younger of preschool age / Э.И. Бикчиндаева, И.Е. Коновалов // Intellectual and moral values of the modern society. - San Francisco, California, USA : B&M Publishing, 2013. - P.15-16.

2. Бикчиндаева Э.И. Integration of physical culture in environmental education of children of younger school age / Э.И. Бикчиндаева, И.Е. Коновалов // Innovations in education: monograph. - Vienna: «East West» Association for Advances Studies and Higher Education GmbH. - 2014. - Vol. 2. - Chapter - 4. - P.37-58.

3. Гамирова Э.И. Реализация принципа интеграции образовательных областей в дошкольных образовательных учреждениях, в рамках выполнения федерального государственного образовательного стандарта, на примере физической культуры / Э.И. Гамирова, И.Е. Коновалов // Историческая и социально-образовательная мысль. - 2015. - Том 7. - № 5. - Ч.2. - С.198-202.

4. Гамирова Э.И. Интеграция образовательных областей в условиях реализации ФГОС дошкольного образования / Э.И. Гамирова, И.Е. Коновалов // Всероссийская науч.-практ. конф. «Теория и практика адаптивной физической культуры - двадцатилетний путь». - Санкт-Петербург:

НГУФКСиЗ им. П.Ф. Лесгафта. - 2015. - Ч.1. - С.17-23.

5. Гамирова Э.И. Интеграция физической культуры в образовательные области, реализуемые в дошкольных образовательных учреждениях в условиях выполнения федерального государственного образовательного стандарта / Э.И. Гамирова, И.Е. Коновалов // European Social Science Journal. - 2015. - № 9. - С.66-73.

6. Гамирова Э.И. Физическая культура как интеграционный компонент образовательной деятельности детей дошкольного возраста / Э.И. Гамирова, И.Е. Коновалов // материалы международной науч.-практ. конференции «Наука, образование, общество». - Тамбов: Юком, 2016. - Ч. 5. - С.34-35.

УДК 376.2

Коновалов И.Е. , доктор педагогических наук, доцент

ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ АБИТУРИЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ К ПОСТУПЛЕНИЮ И ОБУЧЕНИЮ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ, ОСНОВНЫЕ РИСКИ

Поволжская государственная академии физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия, igko2006@mail.ru

Аннотация. *Актуальность исследования заключается в изучении основных рисков, которые могут возникать у будущих студентов с ограниченными возможностями здоровья при получении высшего образования и непосредственно оказывают влияние на формирование у них готовности к продолжению обучения. Представлен критический анализ нормативно-правовой документации, контролирующей и регламентирующей права и возможности людей с ограниченными возможностями здоровья обучаться в высшем учебном заведении. В статье представлены компоненты структуры довузовской подготовки, что представляет практическую ценность для формирования готовности абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья к обучению в высшем учебном заведении.*

Ключевые слова*: готовность к обучению в высшем учебном заведении, абитуриенты с ограниченными возможностями здоровья, довузовская подготовка.*

Konovalov I.E., Doctor of pedagogical sciences, assistant professor

OF FORMATION OF READINESS OF APPLICANTS WITH DISABILITIES HEALTH FOR INCOME AND LEARNING IN HIGHER EDUCATION, THE PRINCIPAL RISKS

Povolzhskaya state academy of physical culture, sport and tourism, E-mail: igko2006@mail.ru

Abstract. *The relevance of the study is to examine the main risks that may occur from prospective students with limited health abilities in obtaining higher education and directly influence the formation of their willingness to continue the training. Presents critical analysis of the legal documentation, controlling and regulating the rights and opportunities of people with limited health abilities training at a higher education institution. The article presents the components of the structure of pre-university training that is practical significance for the formation of readiness of applicants with limited health abilities to training in a higher education institution.*

Keywords: *readiness for training at a higher education institution, applicants with limited health abilities, pre-university preparation.*

В настоящее время одной из важнейших задача государства, как социального, является расширение возможностей для полной самореализации людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), что тесно связано с проблемой их адаптации и совершенствования системы образования индивидов. Актуальность изучения данного вопроса объясняется также тем, что профессиональное образование людей с ОВЗ относится к категории сложнейших вопросов в социальной работе. Большое значение, где имеет создание необходимых условий, благодаря которым возможно наиболее полное развитие способностей и максимальная интеграция людей с ОВЗ в общество, через их адаптацию в социуме и мотива-

цию к продолжению образования.

В последние годы, получение высшего образования становится для людей с особенностями развития ведущей целью в их жизни. С этим они связывают достижение наиболее важных жизненных позиций, возможностью самореализовать себя в будущем профессиональной деятельности.

Право на образование - одно из основных прав человека - закреплено на международном уровне и в Конституциях развитых стран [1].

В Российской Федерации принята и действует сильная нормативно-правовая база, контролирующая и регламентирующая права и возможности людей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе получения высшего образования. Однако не смотря на это, данный вопрос по прежнему остается актуальным. Это связано, прежде всего, с рисками, которые могут возникнуть у будущих студентов с ограниченными возможностями здоровья при обучении в высшем учебном заведении. Для выявления таких рисков нами проведено анкетирование абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья. В анкетном опросе приняли участие 75 респондентов, в возрасте от 18 до 35 лет, жителей различных регионов РФ и муниципальных районов РТ [6].

На основании проведенного анкетного опроса (в самом общем виде) были выявлены следующие 4 основные группы рисков, которые беспокоят абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья при обучении в вузе: 1. Физическое состояние - имеющиеся отклонения в состоянии здоровья – 30%; 2. Информационная культура - особенности восприятия информационного потока и управление им – 5%; 3. Психологические особенности - степень развития коммуникативных навыков и адаптационных способностей – 25%; 4. Уровень обученности - недостаточная степень овладения знаниями, полученными в школе – 40% [2,3].

Таким образом, на основании полученных данных абитуриенты с ограниченными возможностями здоровья определили основным риском - слабая подготовка в школе, т.е. респонденты отмечают недостаточный собственный уровень знаний полученный в школе.

Решению этой проблемы может служить организованная довузовская подготовка, целью которой является ликвидация разрыва в уровне знаний и способностей абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья при их переходе со школьного уровня на уровень высшего образования.

Довузовская подготовка на современном этапе развития образования должна выполнять задачи не только подготовки к поступлению в вуз, но и создания условий для психологической адаптации, профессиональной ориентации, диагностики и коррекции знаний и способностей абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья [5].

В свою очередь специфика довузовской подготовки заключается в её способности не только вооружать абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья первичными знаниями и умениями в избранной профессии, но и формировать у них потребность в непрерывном самостоятельном и творческом подходе к овладению новыми знаниями; создавать возможности для отработки умений и навыков самообразования, предоставляя возможность понимания будущей профессии; готовить к выбору направления дальнейшей траектории образования, будущей профессиональной деятельности с учетом ее специфики и особенностей [4,6].

Учитывая потребность в довузовской подготовке, нами были разработана структура довузовской подготовки для абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья, в которой можно выделить 4 основные компонента:

1. Организационный компонент - подготовку инвалидов необходимо проводить используя индивидуальный подход с учетом их нозологии; в процессе подготовки абитуриентов должны участвовать высококвалифицированные специалисты, выступающие в роли тьютера.

2. Дидактический компонент - в образовательном процессе необходимо использо-

вать наглядный и доступный учебный материал, осуществлять взаимодействие с инвалидами необходимо осуществлять в интерактивной форме, сохранения при этом обратную связь; формирование и коррекция индивидуальной образовательной траектории.

3. Содержательный компонент - в процессе подготовки использовать образовательные специальные адаптированные программы включающие в себя: общеобразовательные дисциплины (основные предметы из школьной программы), специальные дисциплины (предметы необходимые непосредственно для сдачи вступительных испытаний), адаптированные дисциплины (предметы ориентированные на дальнейшее инклюзивное обучение в вузе).

4. Информационно-технологический компонент - в процессе подготовки обязательно необходимо сочетать вариативное применение on-line и off-line технологий, комплексно использовать специальные информационные и дистанционные образовательные ресурсы.

Довузовскую подготовку абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья реализуется на базе вуза, но при необходимости данный процесс может быть организован и проводиться на базе специальных общеобразовательных организаций [7].

Таким образом, учитывая все изложенное выше можно сделать вывод о том, что основными рисками, которые могут возникать у будущих студентов с ограниченными возможностями здоровья при получении высшего образования и непосредственно оказывать влияние на формирование у них готовности к продолжению обучения являются: физическое состояние; информационная культура; психологические особенности; уровень обученности. Данные риски выявлены на основании проведенного анкетирования будущих студентов с ограниченными возможностями здоровья. Для того чтобы минимизировать выявленные риски нами была разработана структура довузовской подготовки, ее основными компонентами являются: организационный, дидактический, содержательный и информационно-технологический компоненты. Предложенный нами формат довузовской подготовки представляет практическую ценность для формирования готовности абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья к обучению в высшем учебном заведении.

Библиографический список:

1. Осенкова, Д. И. Peculiarities of motivation of people with disabilities for studying at university / Д.И. Осенкова, И.Е. Коновалов // Global Science and Innovation : mat. II Inter. Scien. Conf. - USA : POAGC. - 2014. - Vol.II. - P.86-88.

2. Осенкова, Д. И. Довузовская подготовка людей с ограниченными возможностями здоровья, как важное условие формирования их готовности к обучению в высшем учебном заведении / Д.И. Осенкова, И.Е. Коновалов, Н.Н. Мугаллимова, О.В. Коломыцева // Современные проблемы науки и образования. [Электронный ресурс]. - Электронный журнал. - 2015. - №2. - Ч.2. - Режим доступа: http://www.science-education.ru/129-22256

3. Осенкова, Д. И. Особенности формирования готовности людей с ограниченными возможностями здоровья к обучению в высшем учебном заведении / Д.И. Осенкова, И.Е. Коновалов // Теория и практика общественного развития. - 2015. - №13. - С.14-17.

4. Осенкова, Д. И. Особенности формирования социальной и психологической готовности людей с ограниченными возможностями здоровья к обучению в высшем учебном заведении / Д.И. Осенкова, И.Е. Коновалов // Культура физическая и здоровье. - 2015. - №3(54). - С.54-58.

5. Осенкова, Д. И. Выявление основных рисков формирования готовности абитуриентов с ограниченными возможностями здоровья к обучению в высшем учебном заведении / Д.И. Осенкова, И.Е. Коновалов // Казанский педагогический журнал. - 2015. - №5. - Ч.2. - С.362-366.

6. Осенкова, Д. И. Факторы сдерживания реализации инклюзивного образования в вузах / Д.И. Осенкова, И.Е. Коновалов // мат. межд. науч.-практ. конф. «Наука, образование, общество». - Тамбов: Юком, 2016. - Ч.5. - С.93-94.

7. Коновалов, И. Е. Инклюзивно-адаптивные виды двигательной деятельности как средство психофизического совершенствования молодежи с ограниченными возможностями здоровья / И.Е. Коновалов, Л.А. Парфенова, Е.В. Макарова // Проблемы современного педагогического образования. Серия: Педагогика и психология. - 2016. - Вып.52. - Ч.6. - С.181-187.

УДК 612.087

О. А. Макунина, к.б.н., доцент,
А. Н. Коваленко, д.м.н., профессор

СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ОСНОВЕ МОНИТОРИНГА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры », г. Челябинск, Россия, oamakunina@mail.ru

Аннотация. *Статья посвящена актуальным вопросам мониторинга состояния здоровья студентов университета физической культуры.Университет физической культуры осуществляет подготовку студентов-спортсменов, не спортсменов и лиц с ограниченными возможностями. Все категории обучающихся испытывают психоэмоциональные нагрузки разного характера. В связи с этим необходимо проводить динамическую оценку адаптационных возможностей студентов с целью выявления групп риска и проведения коррекционных мероприятий по формированию здорового образа жизни студентов университета физической культуры.*

Ключевые слова: *мониторинг, здоровье, студенты, университет физической культуры, здоровый образ жизни.*

O.A. Makunina, candidate of biological Sciences, Associate Professor,
A. N. Kovalenko, doctor of medical Sciences, Professor

STRATEGY PROMOTING A HEALTHY LIFESTYLE BASED ON MONITORING THE HEALTH STATUS OF STUDENTS OF THE UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION

FSEI of HE"Ural State University of Physical Culture", Chelyabinsk, Russia, oamakunina@mail.ru

Abstract. *The article is devoted to topical issues of monitoring of health status of University students of physical culture.University of physical education prepares student-athletes, non-athletes and individuals with disabilities. All categories of students are experiencing the emotional burden of a different nature. In link with this it is necessary to conduct a dynamic assessment of adaptive abilities of students with the aim of identifying risk groups and conducting corrective measures on formation of healthy lifestyle of students of University of physical culture.*

Keywords: *monitoring, health, student, University of Physical Education, a healthy lifestyle.*

Современные системы мониторинга представляют собой постоянные динамические наблюдения интересующих групп населения, с целью получения дополнительной информации. Результаты, получаемые в ходе таких наблюдений, помогают в решении поставленных задач. Организация мониторинга состояния здоровья обеспечивает анализ причинно-следственных связей между: физическим состоянием молодежи; факторами среды обитания человека и социально- экономическими условиями жизни населения; прогнозирование динамики наблюдаемых явлений на уровне субъектов Российской Федерации. В настоящее время мониторинговые исследования активно осуществляются в различных вузах России [1, с. 45; 7, с. 101-105; 8, с. 208-210; 10, 11, 12, 13 и др.]. Однако, мониторинг состояния здоровья студентов вузов физической культуры не достаточно реализуется.

В период обучения в высших учебных заведениях студенты испытывают воздействие целого комплекса факторов, негативно влияющих на состояние их физического, психического и репродуктивного здоровья. Изменение стереотипа окружения, возрастание психофизиологической нагрузки, особенно на начальном этапе обучения в вузе, приводят к стрессовому напряжению у студентов. Учебная деятельность в условиях информационной перегрузки, в результате нерационального планирования учебной нагрузки, способствует возникновению стресса, связанного с дефицитом времени, что в конечном итоге может приводить к депрессии, психовегетативным расстройствам, неврозам и различным соматиче-

ским заболеваниям. Возрастает количество студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, включая лиц с ограниченными возможностями [3, с. 128; 4, с. 113].

Как показывают результаты опросов среди молодежи ослаблено ценностное отношение к здоровью. В современной социальной ситуации инстинкт самосохранения молодых людей притупляется, распространяются социальные девиации и саморазрушительная ориентация (алкоголь, наркотики, курение и т.д.). Неизрасходованные природные ресурсы, заложенные в норме в молодом организме, порой затушевывают то негативное, очевидное влияние, которое уже в более зрелом, а тем более преклонном возрасте может реализоваться в объективных медицинских характеристиках организма [5, с. 170].

Особый интерес в этом плане представляют студенты университетов физической культуры. Предполагается, что студенты вуза физической культуры озабочены поддержанием своего здоровья и качеством питания, активны в позиции здорового образа жизни. Однако студенческий контингент в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Уральский государственный университет физической культуры» (г. Челябинск) – это не только профессиональные спортсмены, но и лица, не занимающиеся профессиональным спортом, а также молодые люди с ограниченными возможностями. Среди обучающихся университета физической культуры также имеются студенты, относящиеся по состоянию здоровья к группе риска [6, с. 98-100].

Данные тенденции с одной стороны становится сдерживающим фактором для реализации человеком своего биологического и социального потенциала, а с другой обуславливают интерес и актуальность проблемы здоровья. Здоровье – это необходимое условие активной и нормальной жизнедеятельности человека. Серьезные нарушения в этой сфере влекут за собой изменения в привычном образе жизни, сложившейся практике отношений с окружающим миром, возможную утрату профессиональной дееспособности, а в целом – вынужденную коррекцию планов на будущее. Профессиональное долголетие будущего специалиста должно закладываться уже на этапе профессиональной подготовки, так как именно в студенческий период формируется будущий профессионал, состояние здоровья которого непосредственно влияет на успешность деятельности и стиль жизни в целом и таким образом приобретает высокое общественное значение. Состояние индивидуального здоровья человека и контроль за изменением его уровней приобретает все более важное значение, особенно для лиц подверженных высоким психоэмоциональным нагрузкам, в том числе и спортивным. К данной категории, несомненно, относятся современные студенты вуза физической культуры. Необходима программа, предусматривающая целый комплекс мер, который человек должен осуществлять по отношению к себе, опираясь на необходимые компетенции в области здоровьесбережения. Сохранение целостности личности, ее здоровья – главный результат успешной реализации такой программы. В то же время отмечается, что сегодня основная трудность заключается в разработке и реализации программ такой работы. Стержневой проблемой при этом является вопрос методологии оценки состояния здоровья студентов университета физической культуры.

Вышеперечисленные факты приводят к необходимости формирования мониторинга здоровья студентов в условиях вуза физической культуры.

Уральский государственный университет физической культуры имеет материально-технические возможности и подготовленных сертифицированных специалистов для проведения данного вида деятельности в соответствии с современными требованиями к проведению медико-биолого-психологических исследований, в том числе и коррекционных воздействий на отклонения, выявляемые в состоянии здоровья.

Целью мониторинга являются динамические наблюдения за состоянием здоровья студентов и разработка программ по формированию их поведения, способствующего укреплению и сохранению здоровья.

При разработке программы мониторинга нами отобраны общепринятые принципы: комплексность; системность; целостность; динамичность; репрезентативность, а также

принцип обратной связи, т.е. совместное обсуждение результатов диагностики [4, с. 112-118; 9, с. 85-87].

В систему мониторинга входят следующие блоки: теоретические вопросы, двигательные умения и навыки, тесты на определение уровня физической подготовленности, гармоничность физического развития, показатели здоровья и функционального состояния, критерии уровня физической активности и здорового образа жизни. Предполагается, что в целом вся система мониторинга состояния здоровья студентов вуза физической культуры обеспечит повышение качества образования.

Особенностью предлагаемой программы мониторинга является системный подход к оценке условий образовательной среды, образа жизни и социального статуса студентов, индивидуальных морфофункциональных особенностей развития организма студентов, типологических особенностей нервной системы, умственной работоспособности, двигательных качеств и состояния здоровья обучающихся, что дает возможность реализовать на практике индивидуальный подход к организации образовательного процесса и образа поведения студентов.

Стратегическая цель программы – на основании мониторинга здоровья студентов разработать и внедрить в практику программы оздоровления, сохранения и укрепления здоровья студентов вуза физической культуры условиях сочетанных умственных и физических нагрузок.

Основные задачи программы:

– создание модели мониторинга здоровья студентов;

– формирование комплекса медико-психофизиологических методов исследования состояния здоровья студентов;

– изучение медико-психофизиологических особенностей студентов по категориям: спортсмены, не спортсмены, лица с ограниченными возможностями;

– лонгитюдный анализ состояния здоровья на основании профилактических осмотров и диспансеризации, а также анкетирование студентов по вопросам здорового образа жизни в динамике всего периода обучения в вузе;

– комплексная оценка уровня физической подготовленности и общей физической работоспособности, умственной работоспособности, а также образа жизни студентов;

– разработка и внедрение автоматизированной программы мониторинга здоровья студентов вуза физической культуры;

– сравнение и сопоставление результатов мониторинга состояния здоровья студентов УралГУФК с аналогичными исследованиями других регионов, стран;

– разработка коррекционных программ по сохранению и укреплению здоровья студентов вуза физической культуры.

Реализация Программы «Мониторинг здоровья студентов вуза физической культуры» планируется в филиалах УралГУФК (г. Екатеринбург, г. Уфа) и в вузах физической культуры Германии, Израиля, Венгрии и других стран.

Библиографический список:

1. Болдов А.С. Мониторинг физического состояния студентов социального вуза / А.С. Болдов, А. С. Махов, Л. Ю. Климова // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», 5 (123). – 2015. – С. 44-48.

2. Здоровье студентов: социологический анализ / Отв. ред. И.В. Журавлева; Институт социологии РАН. – М., 2012. – 252 с.

3. Изаак С. И. Состояние физического развития и физической подготовленности молодого поколения России и их коррекция на основе технологии популяционного мониторинг. – С.-П., 2006. – 328 с.

4. Кабачкова А.В. Мониторинг здоровья студентов вуза: организационные и методические проблемы / А. В. Кабачкова, Л. В. Капилевич // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – № 1 (17) / 2014. – С. 112-118.

5. Коваленко, А. Н. Результаты анкетирование студентов ЧелГУ на распространение табакокурения и причин, его вызывающих / А. Н. Коваленко. – Челябинский гуманитарий, №10, 2010. – С. 170-172.
6. Коломиец, О. И. Заболеваемость и вегетативный статус студентов-первокурсников как показатели стратегии адаптации к обучению в высших учебных заведениях / О. И. Коломиец, Н. П. Петрушкина, О. А. Макунина // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2015. - №1(119). – С. 97-104.
7. Ондар А. О., Айзман Р. И., Будук-оол Л. К., Шыырапай У. И. Скрининговая оценка уровня здоровья студентов-первокурсников Тувинского государственного университета / А. О. Ондар, Р. И. Айзман, Л. К. Будук-оол, У. И. Шыырапай // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова, 2013. – Т. 19. – № 1. – С. 101–105.
8. Феофилактов В. В. Сравнительный анализ инновационных технологий физической подготовки студентов гуманитарных вузов на основе мониторинга физического развития: дис. … к.п.н. / В. В. Феофилактов. – М., 2005. – 244 с.
9. Шибкова Д. З. Организация здоровьеформирующей образовательной среды с использованием автоматизированной программы «Мониторинг здоровья» / Д. З. Шибкова, П. А. Байгужин. – Челябинск, 2011. – 164 с.
10. http://old.kpfu.ru/usvr/index.php?id=3&idm=0&num=10 – Казанский (Приволжский) Федеральный университет
11. http://old.vsmaburdenko.ru/newssotr/archive1/monitoring_sostoyaniya_zdorovya_studentov/ - Воронежская государственная медицинская академия им. Н. Н.. Бурденко
12. http://tvgmu.ru/zdorov/3606/19110/ - Тверской государственный медицинский университет
13. http://www.psu.ru/podrazdeleniya/podrazdeleniya-obespecheniya/upravlenie-vneuchebnoj-i-sotsialnoj-raboty/otdel-vneuchebnoy-raboty-pgniu/monitoring-sostoyaniya-zdorovya-studentov - Пермский государственный научно-исследовательский университет

УДК 796.015

О. О. Райнхардт, ст. преподаватель

ФОРМИРОВАНИЕ РЕГУЛЯТИВНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Пермь, Россия, rain67@inbox.ru

Аннотация. Статья посвящена формированию у детей младшего школьного возраста универсальных учебных действий на уроках физической культуры.

Ключевые слова: оценка двигательного действия, универсальное учебное действие, продуктивный метод обучения.

O. Reinhardt, Art. Lecturer

FORMATION OF REGULATORY ACTION UNIVERSAL EDUCATION LESSONS OF PHYSICAL EDUCATION IN SCHOOLS

Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia, rain67@inbox.ru

Annotation. The article deals with the formation of children of primary school age universal educational actions at physical training lessons.

Key words: assessment of physical action, universal educational action, productive training method.

В связи с изменениями в обществе и система образования вынуждена видоизменяться, так как школа в любом государстве выполняет его социальный заказ. Актуальной и новой задачей в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования (далее Стандарт) становится обеспечение развития универсальных учебных действий (УУД) как психологической составляющей фундамента образования. Универсальные учебные действия обеспечивают «умение учиться», способность

личности к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта.

Таким образом, акцент в общем образовании со знаний, умений и навыков переносится на способы учебных действий, которые в совокупности обеспечивают обучающимся умение учиться. А достижение «умения учиться» предполагает, в свою очередь, полноценное освоение всех компонентов учебной деятельности, которые включают: 1) учебные мотивы, 2) учебную цель, 3) учебную задачу, 4) учебные действия и операции (ориентировка, преобразование материала, контроль и оценка) [1].

Сложность организации работы по формированию УУД заключается в том, что на уроке физической культуры данную работу необходимо выполнять в процессе двигательной активности. Поэтому способы формирования УУД, уже разработанные в современной науке и практике для большинства предметов, не в полном объеме можно применять на уроках физической культуры и требует модификации в соответствии с особенностями предмета «Физическая культура» [2].

Однако, в вышедших с момента введения ФГОС НОО и ФГОС ООО в программах по физической культуре для начального и основного общего образования представлены универсальные учебные действия как результат обучения, но в итоге диагностируются показатели сформированности двигательных умений, навыков и уровень физической подготовленности (программа Ляха В.В.). Отсутствуют в научно-методической литературе и материалы, в которых были бы представлены механизмы их формирования и диагностики.

Таким образом, появилась научная проблема в преподавании физической культуры, актуальность которой определяется обострением противоречий между требованиями Федерального государственного образовательного стандарта и запросами практики.

Цель исследования: изучить основные положения преподавания физической культуры с позиций системно-деятельностного подхода и на этой основе разработать способы формирования регулятивных универсальных учебных действий у учеников начальной школы.

Объектом исследования является учебная деятельность учеников третьих, четвертых классов школы на уроках физической культуры.

В основу работы положена гипотеза, согласно которой регулятивные универсальные учебные действия будут сформированы, если:

- учебный процесс по физической культуре осуществляется на основе системно-деятельностного подхода, в процессе реализации которого необходимо применение продуктивных методов обучения;
- содержанием образования по физической культуре является опыт практической деятельности.

Задачей педагогического эксперимента являлась проверка эффективности использования способов формирования действий прогнозирования и самооценки. Мы исходили из того, что формирование РУУД необходимо осуществлять на основе умения контролировать правильность выполнения элементов техники, их интенсивность, анализировать условия, в которых выполняется то или иное двигательное действие, наличие фактов, полученных в предшествующем опыте.

Исследования производились на материале спринтерского бега и кувырка вперед с учениками 3-го (14 человек) и 4-го (23 человека) классов СОШ Пермского края.

Учебный процесс был направлен на решение учебной задачи на уроках физической культуры и разворачивался в следующей последовательности:

- постановка учебной задачи (целеполагание);

- сравнение детьми выполнения двигательного действия их товарищами с образцовым выполнением двигательного действия. Для этого учащиеся рассказывают (описывают словами) действия выполняющих упражнение (целеполагание);

- выявление расхождения и предложения путей их устранения (коррекция);

- выделение контрольных точек отдельных элементов двигательного действия. Описание жестко фиксируется по определенной схеме так, чтобы имелось четкое представление о технике двигательного действия с записью изучаемого действия в тетради (планирование, контроль);

- прогнозирование результата выполнения двигательного действия;

- оценка выполнения двигательного действия (самооценка).

Значительно труднее формируются умения прогнозирования и оценка выполнения двигательного действия. Прогнозирование выступает как способность, как деятельность и как свойство субъекта учебной деятельности, предполагает умение просчитать хотя бы на шаг вперед сначала свои действия, а затем и действия других людей или предметов, избегая, таким образом, многих ошибок. Младший школьный возраст, с точки зрения развития прогнозирования, занимает особое место. В учебной деятельности происходит процесс расширения и систематизации знаний, формируются такие новообразования как рефлексия, внутренний план действий.

При диагностике учебного действия прогнозирования проводилось 2 урока по установлению личных рекордов учащихся. Учащимся предлагалось предсказать свой результат в беге на 3 круга по залу,

Формирование действия прогнозирования мы начинали с пробега учениками одного круга в оптимальном для них темпе. Далее им надо было спрогнозировать результат в беге на три круга, зная свой результат в беге на 1 круг. Учитывалась разница заявленного результата в секундах (полученные результаты отображались учениками в таблице).

При диагностике действий контроля темпа бега и коррекции (учёт изменённого состояния во время урока) учитывалось умение детей распределять силы в течение урока. Ученикам 3 и 4 классов было предложено пробежать 1 круг по спортзалу в начале урока и в конце урока. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Достоверность различий в результатах в беге на 1 круг по спортзалу в начале и в конце урока у учеников 3 и 4 класса

Класс	Бег 1 круг	x	б	m	t	p
3	Начало урока	18,78	6,44	1,86	0,11	> 0,05
	Конец урока	19,06	6,24	1,80		
4	Начало урока	19,07	4,61	1,06	0,08	> 0,05
	Конец урока	19,2	5,11	1,17		

Третьеклассники в конце урока пробежали один круг по спортзалу на 0,28 секунд медленнее, чем в начале урока. У четвероклассников разница между бегом на один круг в начале урока отличается от такого же бега в конце урока на 0, 13 секунд. Расчёт t-критерия Стьюдента показал, что разница в результатах в обоих случаях недостоверна (t= 0,11; p> 0,05 и t = 0,08; p> 0,05 соответственно).

На основании этих данных можно утверждать, что ученики обоих классов в состоянии контролировать темп бега в ситуации, когда второе задание (бег на один круг) выполняется через довольно продолжительный период времени. Можно даже утверждать, что учениками была сделана коррекция темпа с поправкой на то, что состояние их в процессе урока могло измениться (усталость).

На следующем уроке ученикам 3-го и 4-го класса для умения контролировать свой темп бега в течение урока было предложено определить частоту сердечных сокращений (ЧСС) до и после бега на 3 круга по спортзалу. До начала бега ученики определили целевую зону частоты сердечных сокращений по методу Карвонена. Результаты попадания ЧСС в целевую зону представлены на рисунке 1.

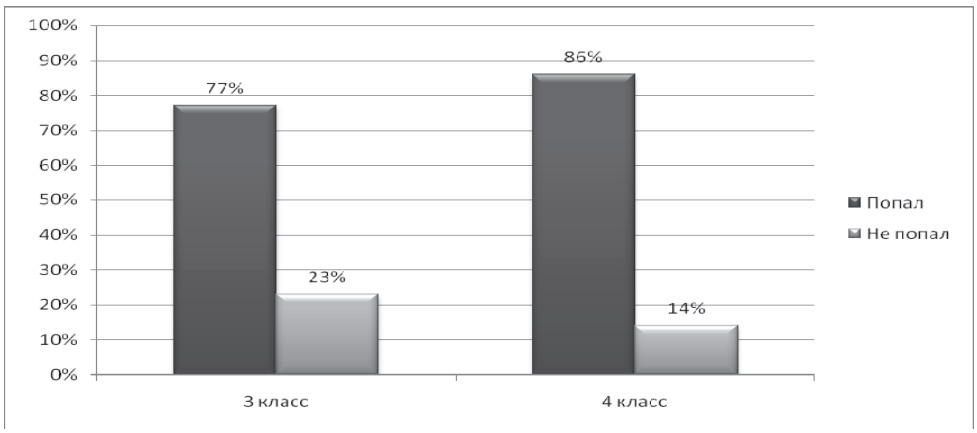


Рис. 1. Результаты ЧСС третьеклассников и четвероклассников при нагрузке - бег 3 круга по спортзалу (уд/мин.)

После ряда занятий на контрольном уроке 77 % третьеклассников и 86 % четвероклассников попали в целевую зону ЧСС. Расчёт разности процентных чисел и средние отношения ошибки разности процентных чисел показал, что разница между классами статистически незначима (D (9)<$m_{D_{\%}}$ (15,9).

Зная свой результат в беге на один круг по залу, ученикам третьего и четвёртого классов было дано задание спрогнозировать свои результаты в беге на три круга. Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2

Достоверность различий между прогнозируемым результатом и бегом на три круга у учеников 3 и 4 класса

Класс	Занятие	3 круга	x	б	m	t	p
3	1	Прогноз	61,25	21,28	5,9	0,36	> 0,05
		Результат	58,29	20,04	5,56		
	2	Прогноз	58,56	22,17	6,15	0,04	> 0,05
		Результат	58,89	21,14	5,86		
4	1	Прогноз	62,11	13,61	3,12	0,56	> 0,05
		Результат	59,63	13,54	3,11		
	2	Прогноз	61,17	10,27	2,36	1,22	> 0,05
		Результат	61,32	9,15	2,10		

Третьеклассники на первом уроке в среднем ошиблись в прогнозе на – 2,96 секунд (со знаком минус, то есть, бежали быстрее, чем прогнозировали).

На втором уроке результаты заметно улучшились: ошибка в среднем составила лишь – 0,33 секунд.

Разница в прогнозе на первом уроке у четвероклассников составила 2,48 секунд, а на втором – 0,15 секунд. В обоих случаях разница недостоверна (p > 0,05). На основании этих данных можно утверждать, что ученики обоих классов сумели спрогнозировать свой результат.

Также учащиеся оценивали правильность выполнения элементов двигательных действий себя и другого (самооценка по контрольным точкам). Мы исходили из того, что прогнозирование необходимо осуществлять на основе умения контролировать свои действия. И контролировать не только правильность выполнения элементов техники, но и их интенсивность. К этому нужно добавить умение анализировать условия, в которых выполняется то или иное двигательное действие, а также наличие фактов, полученных в предшествующем опыте.

При диагностике сформированности самооценки двигательного действия учитывалось соответствие оценки учителя самооценке учащегося. Самооценка считается сформированной при отсутствии ошибок при ее осуществлении.

Для самооценки учащимся было предложено выполнить кувырок вперед, разбив выполнение его по контрольным точкам самостоятельно, а также оценить выполнение элемента с указанием количества ошибок. Результаты самооценки представлены на рисунке 2 и 3.

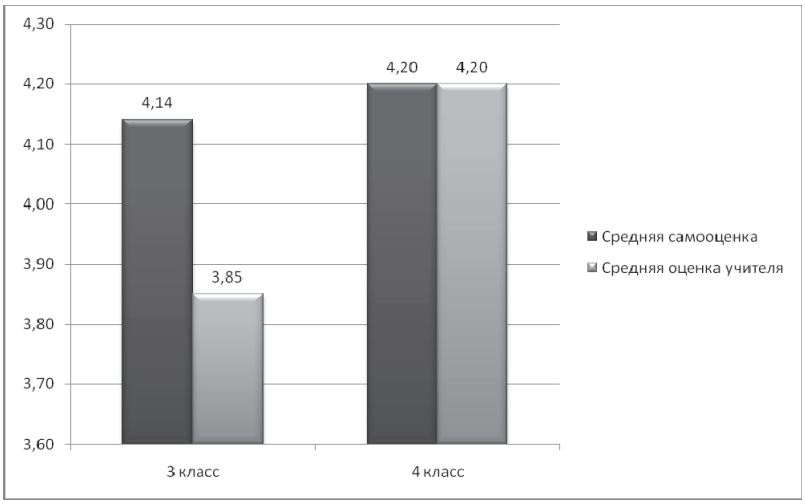


Рис. 2. Результаты самооценки кувырка вперед по контрольным точкам (3 и 4 классы)

Ученики 4 класса объективно оценили собственное выполнение кувырка вперед по контрольным точкам, их самооценка совпала с оценкой учителя (рис.2), у 47,8% учеников – 0 ошибок, у 39,1% - 1 ошибка (рис. 3). Ученики 3 класса не смогли объективно оценить выполнение кувырка вперед, их самооценка оказалась выше средней оценки учителя на 0,29 (рис.2), что подтверждается количеством ошибок, допущенных в самооценке учениками: 0 ошибок – у 35,7% учащихся 3 класса, 1 ошибка – у 28,60 % учащихся 3 класса (рис. 3).

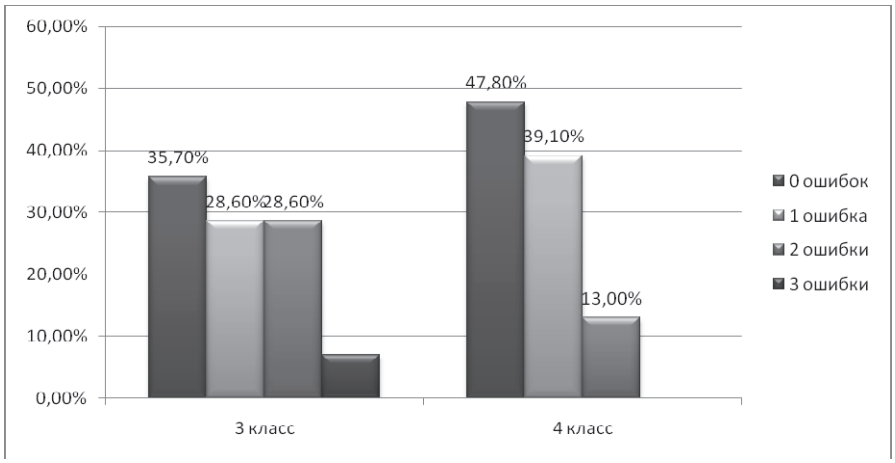


Рис. 3. Количество ошибок, сделанных учениками при самооценке (3 и 4 классы)

Результаты эксперимента показывают, что ученикам третьего класса требуется несколько больше времени на умение оценивать свое двигательное действие по сравнению с четвертым классом. Несмотря на это в целом можно сказать, что учебный процесс по физической культуре, осуществляемый на основе системно-деятельностного подхода, происходит эффективнее как в четвертом, так и в третьем классе, что подтверждается проведенными исследованиями.

Список литературы:
1. Анохин П.К. Социальное и биологическое в мотивации человека / П.К. Анохин // Соотношение биологического и социального в человеке: матер. к симпозиуму. – М.: Всерос. науч. о-во невропатологов и психиатров; ИП АН СССР, 1975. – С. 301-318.
2. Тихонов А.М. Физическая культура: Примерная программа для начальной школы / А.М. Тихонов, Т.А. Полякова, Д.Д. Кечкин, О.О. Волосатых. – Пермь: КЦФКиЗ

В.А. Кутейников, ст. преподаватель; И.Р. Яхина, студент

ПРОЦЕСС РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета факультет педагогики и психологии, ilnara2996@mail.ru

Аннотация: *данная статья посвящена рассмотрению вопроса процесса развития физического воспитания младших школьников*

Ключевые слова: *воспитание младших школьников, физическое воспитание*

Kuteinikov V.A., senior lecturer; Yakhina.I.R., student

THE PROCESS OF ORGANIZING A HEALTHY LIFESTYLE IN PRIMARY SCHOOL

Sterlitamak branch of the Bashkir state University faculty of pedagogy and psychology, ilnara2996@mail.ru

Summary: *this article is devoted to consideration of the development process of physical education of younger schoolchildren*

Keywords*: the education of younger students, physical education*

Существенные изменения, происходящие в социально-политической и экономической жизни современного общества, предъявляют качественно новые требования к воспитанию младших школьников. Экологические и социальные катаклизмы, нестабильность жизни, разрушение привычных устоев и нравственных ориентиров — все это создает реальный гуманистический кризис человечества. Он особенно губителен для детей и молодежи, вызывает тревогу состояние здоровья детей, повышения уровня хронических заболеваний. Указанные обстоятельства позволяют констатировать, что проблема формирования здорового образа жизни, как технологии сохранения здоровья и обеспечения высокой результативности и продуктивности труда школьника является важнейшей проблемой современности.

Для детей младшего школьного возраста естественной является потребность в высокой двигательной активности. С переходом от дошкольного воспитания к систематическому обучению в школе у детей 6-7 лет объем двигательной активности сокращается на 50%.[2, с. 44].

В период учебных занятий двигательная активность школьников не только не увеличивается при переходе из класса в класс, а наоборот, все более уменьшается. Поэтому крайне важно обеспечить детям в соответствии с их возрастом и состоянием здоровья достаточный объем суточной двигательной деятельности. «Система физического воспитания» отражает в целом исторически определенный тип социальной практики физического воспитания, т.е. целесообразно упорядоченную совокупность ее исходных основ и форм организации, зависящих от условий конкретной общественной формации. В совокупности с определяющими ее положениями система физического воспитания характеризуется:

- идеологическими основами, выраженными в ее социальных целевых установках, принципах и других отправных идеях, которые продиктованы потребностями всего общества либо интересами отдельных классов и обусловлены в конечном счете коренными социальными отношениями, типичными для данной общественной формации;

- теоретико-методическими основами, которые в развитом виде представляют собой целостную концепцию, определяющую научно-практические знания о закономерностях, правилах, средствах и методах физического воспитания;

- программно-нормативными основами, т. е. программным материалом, отобранным и систематизированным согласно целевым установкам и принятой концепции, и нормативами, установленными в качестве критериев физической подготовленности, которая должна быть достигнута в результате физического воспитания;

- тем, как все эти исходные основы закреплены организационно и реализуются в деятельности организаций и учреждений непосредственно осуществляющих и контролирующих физическое воспитание в обществе [1, с. 84].Кроме того, важно повышать общую работоспособность у детей учитывая особенности развития детского организма, совершенствовать деятельность центральной нервной системы, а также совершенствованию двигательного анализатора, органов чувств.

Рассмотрим особенности физического развития в младшем школьном возрасте.

В младшем школьном возрасте (от 7 до 10 лет) продолжается интенсивное созревание организма, а так же физическое развитие и совершенствование умственных способностей. В возрасте 7-10 лет скорость роста в длину заметно снижается по сравнению с предыдущим периодом (у дошкольников происходит процесс полуростового скачка). Однако наиболее заметен рост лицевых и длинных костей рук и ног. В среднем ежегодно длина тела увеличивается на 2-3 сантиметров, а окружность грудной клетки на 1,5-2 см [3, с. 2-3].

Основной формой систематического обучения детей физическими упражнениями, является физкультурные занятия. Специальной задачей этих занятий является обучение детей всех возрастных групп правильными двигательными навыкам и воспитания физических качеств.

К физкультурно-оздоровительным мероприятиям относятся: утренняя гимнастика, физкультминутки, закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями.

Физкультминутка направлена на внимания, деятельного состояния всего организма. Закаливающие процедуры в сочетание с физическими упражнениями также играют немалую роль в физкультурно-оздоровительных мероприятиях [1, с. 130]. В дошкольных учреждений в целях закаливания детей используется воздушные ванны, водные процедуры и солнечные ванны. Подвижные игры как основная двигательная деятельность детей дошкольного возраста планируется воспитателем в различное время дня в соответствие с режимом каждой возрастной группы.

Прогулки и экскурсии за пределы детского учреждения представляют собой простейший вид детского туризма. Это интересные и полезные для детей небольшие путешествия с определённой целью. Они содействуют укрепления здоровья, физическому развитию детей воспитания этических чувств, общению с природой, совершенствованию двигательных навыков и физических качеств. Физкультурные праздники в детском саду представляют собой демонстрацию здорового, жизнерадостного состояния детей и их достижений в формировании двигательных навыков.

Таким образом, изложенные понятия дают общее представление о физическом воспитании, его особенностях, социальных функциях и взаимосвязях с другими явлениями. Совокупность этих понятий в первую очередь характеризует физическое воспитание как общественно-педагогическое явление. Процесс физического воспитания детей дошкольного возраста должен строится так, чтобы одновременно решались все перечисленные задачи. Только в этом случае ребёнок приобретает необходимую базу для дальнейшего всестороннего развития, не только физического, но и духовного.

Список литературы:

1.Теория и методика физической культуры / Под ред. Л.П.Матвеева. -М.: Физкультура и спорт,2005.-230с.

2.Обухова Н.Б. Методика развития скоростно-силовых качеств у младших школьников 9-10 лет //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2002. №3. – С. 38

3.Матвеев А.П., Мельников С.Б. Методика ФВ с основами теории: учеб. Пособие для студентов пед. Институтов и учащихся пед. Училищ. – М.: Просвещение, 1991.- 191с

УДК 796

Н.А.Ильина

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ

Средняя общеобразовательная школа № 166, г. Казань, S166.kzn@tatar.ru

Аннотация. В наше время в период развития информационных технологий, и повсеместного увлечения молодежи компьютером, перед учителями-предметниками и администрацией школы встает одна из первоочередных задач: формирование ценностей здорового образа жизни у школьников. В данной статье приводится наш опыт по применению технологий здоровьесбережения в учебном процессе.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, спортизация учебного процесса, школьники.

N. Ilina

THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE PUPILS

Secondary school № 166, Kazan, S166.kzn@tatar.ru

Abstract. Nowadays in the period of development of information technologies, and the widespread Hobbies of the youth of the computer before the subject teachers and the school administration gets one of the top priorities: the formation of healthy lifestyle among schoolchildren. This article provides our experience with technologies of health saving in the educational process.

Key words: health saving technologies, sportitalia of the educational process, students.

Общеобразовательная школа выступает «проводником» человека во внешний взрослый мир, поэтому наряду с образовательным процессом, перед педагогами стоит вопрос формирования целостной гармонично развитой личности. Немаловажное значение в этом процессе играет физическая культура и спорт и здоровьесберегающие технологии.

Сложившаяся школьная физкультурно-образовательная практика не обеспечивает в достаточной мере запросы и потребности молодого развивающегося организма и не отвечает социальным запросам общества, что обусловлено изолированностью содержания физического воспитания от других компонентов образования в школе [4, с.252]. Именно межпредментное взаимодействие может стать одним из источников формирования здоровьесберегающего пространства.

В рамках собственных разработок на уроках географии, с целью формирования здорового образа жизни применяются следующие методики:

- спортивно-оздоровительные походы – с целью изучения природы родного края (в летнее время пешие походы комбинируются с велопрогулками; в зимнее время практикуются походы на лыжах);
- также нами изучается география с точки развития отдельных видов спорта в различных странах, рассматриваются национальные виды спорта, некоторые из них испытаны на практике.

В нашей школе учатся спортсмены, имеющие спортивные звания по многим видам спорта. Ведь, как известно формирование спортсмена происходит в школьном возрасте. Как правило, первые достижения у детей появляются к 10-12 годам в соревнованиях внутри секции или спортивной школы, но этот период может наступить раньше или позже, в зави-

симости от времени начала занятия и специфики вида спорта. К 12-14 годам спортсмены уже выступают на муниципальных и региональных соревнованиях, к 14-16 годам на всероссийских соревнованиях, при условии достижения максимальных результатов у себя в регионе в своей возрастной группе [1, с.223]. При подготовке к урокам по географии спорта отдается отчет тому, каким видом спорта занимаются ученики, и ребята делают соответствующие доклады.

Также в нашей школе применяется спортизация физкультурного образования. Например, у нас имеется секция каратэ и пять лет существовал кружок по спортивному бильярду. Бильярдный спорт интересен тем, что он развивает такие физические качества как гибкость, выносливость, улучшает зрение, развивает глазомер, координацию движений, мышечную память, умение логически мыслить, принимать верное решение, умение сосредотачиваться. В бильярдном спорте есть определенные виды ударов, состоящие из расчета углов отклонения, имеющие в своей основе законы математики, геометрии, механики [3, с.641]. Школьники, занимающиеся бильярдом стали показывать лучшую успеваемость по геометрии и физике.

Таким образом, в образовательном учреждении должна обеспечиваться единая система межпредметной взаимосвязи, что будет способствовать формированию гармонично развитой личности школьника.

Литература:

1. Королев Г.Н., Салмова А.И. Студенческий спорт, как средство формирования человеческого потенциала // Материалы Международной научно-практической конференции «Здоровье-основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения»./ Санкт-Петербург – 2015, Т.10., № 1. С.222-224.
2. Парфенова Л.А., Глазкова Г.Б., Ключникова С.Н. Организационно-содержательные аспекты физического воспитания учащихся среднего школьного возраста, имеющих отклонения в состоянии здоровья // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта, 2012, № 4(25), С.116-124.
3. Салмова А.И. Формирование математического мышления у студентов технических специальностей посредством бильярдного спорта // Материалы Международной научно-практической конференции «XXII Туполевские чтения (школа молодых ученых)»/ Казань: КНИТУ-КАИ – 2015, С.640-641.
4. Фомичев И.А., Парфенова Л.А. Интегративный подход как фактор модернизации физкультурного образования современных школьников// Сборник научных статей Всероссийской научно-практической конференции/ 2015, С.250-255.

УДК 372.363

А.В. Фурсов, к.п.н., доцент;
Н.И. Синявский, д.п.н., профессор; Т.А. Тиунова, К.Г. Иванов

ОТНОШЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ К ВНЕДРЕНИЮ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Сургутский государственный педагогический университет, г. Сургут, Россия, *МБОУ гимназии «Лаборатория Салахова» г. Сургут,* FursovAV@bk.ru

Аннотация. В статье представлены результаты социологического опроса школьников 6-7-классов МБОУ гимназии «Лаборатория Салахова» г.Сургута. Целью исследования является определение степени информированности школьников 6-7-классов МБОУ гимназии «Лаборатория Салахова» г.Сургута о комплексе ГТО, а также выявление факторов, которые позволили установить отношение школьников 6-7-классов к идее внедрения комплекса ГТО в систему образования.

Ключевые слова: школьники 6-7 классов, отношение учащихся к занятиям физической культурой и спортом, информированность учащихся о внедрении ВФСК ГТО.

A.Fursov, candidate of pedagogical sciences, associate professor,
N. Sinyavskiy, doctor of pedagogic science, professor,
T. Tiunova, teacher, K. Ivanov, teacher

RELATION OF SCHOOL STUDENTS TO INTRODUCTION OF THE SPORTS COMPLEX "IT IS READY TO WORK AND DEFENSE" IN THE EDUCATIONAL ORGANIZATION

Surgut State Pedagogical University, Surgut, FursovAV@bk.ru, gymnasium «Salakhov's Laboratory», Sugrut

Annotation. *Because of the social research, results of pupils of 6-7 forms about the relation to occupations are provided by physical culture and sport and on what factors efficiency of implementation All-Russian sports the "It Is Ready to Work and Defense" complex (GTO) in an education system depends.*

Keywords: *pupils of 6-7 classes, the relation of pupils to occupations by physical culture and sport, All-Russian sports the «It Is Ready to Work and Defense» complex (GTO) in an education system.*

Введение. Внедрение ВФСК ГТО в систему школьного образования может положительно повлиять на популяризацию физической культуры и спорта и привить подрастающему поколению любовь к спорту и здоровому образу жизни, чтобы в будущем дети и подростки принимали активное участие в сдаче нормативов[2,3].

Возрождение комплекса ГТО направлено на формирование формированию устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, а также на создание условий, способствующих здоровому образу жизни, на формирование понимания необходимости занятий физической культурой и спортом.

Методы и организация исследований

Социологичнеское исследование в котором приняли участие школьники 6-7 классов было проведено на базе МБОУ гимназии «Лаборатория Салахова» г. Сургута. Всего в исследовании приняло участие 164 школьника, из них 98 респондентов – учащиеся 6 классов и 66 респондентов – 7 классов.

В анкету были включены вопросы, входящие в проводимый Министерством спорта Российской Федерации опрос в рамках социологического исследования населения по вопросу развития физической культуры и спорта и внедрению комплекса «ГТО» [1,5].

Каждому школьнику МБОУ гимназии «Лаборатория Салахова» в рамках проводимых пропагандистках мероприятий комплекса ГТО было предложено зайти на сайт http://www.survio.com /survey/d/J5J5T9H8M7H0S4C1X [4] и ответить на вопросы о развитии физической культуры и спорта и внедрении комплекса ГТО в систему образования.

Результаты исследования

Проведенный социологический опрос учащихся 6-7 классов МБОУ гимназии «Лаборатория Салахова» г.Сургута показал, что 152 школьника (92,7%) посещают обязательные уроки физической культуры в своей образовательной организации, 3 (1,8%) не посещают по состоянию здоровья и 9 респондентов, что составляет 5,5 %, ответили, что не посещают по другим причинам.

В ходе опроса было выявлено, что 3 ученика или 1,8% имеют звание мастера спорта, кандидата в мастера спорта, 13 школьников или 7,9% выполняют первый спортивный разряд, а также 13 школьников или 7,9% - второй разряд, третий спортивный разряд выполняют 11 учеников, что соответствует 6,7%, юношеский разряд имеют 36 респондентов или 22% , не имеют спортивных разрядов 88 учеников, соответственно 53,7%.

В ходе опроса об отношении учащихся к комплексу ГТО и выполнению его нормативов были получены следующие результаты: 70 (42,7%) опрошенных положительно относятся к комплексу ГТО и готовы к выполнению его нормативов, 40 (24,4%) - скорее положительно относятся, 41 (25%) учащийся имеет нейтральное отношение, 2 (1,2%) школьника - скорее отрицательное, 6 (3,7%) респондентов отметили абсолютно отрицательное отношение, 5 (3%) учеников ответили, что не знают, что такое комплекс ГТО.

О введении дополнительных видов испытаний в комплекс ГТО 139 школьников или 85,3% отзываются отрицательно, а 24 учащихся или 14,7% считают, что необходимо ввести дополнительные виды испытаний в комплекс ГТО.

Анализ полученных ответов о готовности к выполнению нормативов комплекса ГТО показал, что 112 учеников или 68,3% считают, что готовы. Не готовы к выполнению нормативов комплекса ГТО 18 школьников или 11%. Затруднились ответить 34 учащихся или 20,7%.

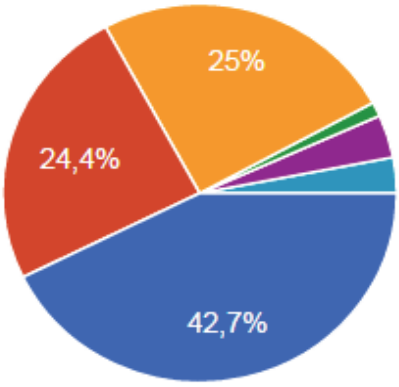


Рис.1. Отношение учащихся к комплексу ГТО

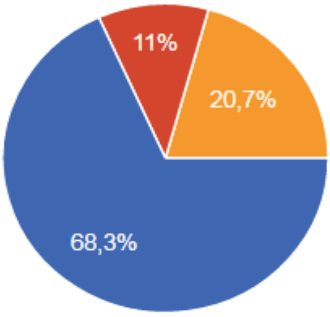


Рис.2. Готовности школьников к выполнению нормативов комплекса ГТО

На вопрос: «Проводятся ли в Вашей образовательной организации занятия, направленные на подготовку к выполнению тестов и нормативов комплекса ГТО?» получены следующие ответы: проводятся теоретические занятия - 8 (4,9%); практические занятия на уроках физической культуры - 122 (74,8%); практические занятия, помимо уроков физической культуры, - 15 (9,2%); не посещает проводимые занятия 1 (1,8%); не проводятся - 14 (8,6%), другое - 1 (0,6%).

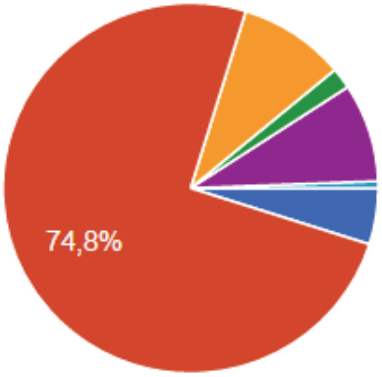


Рис. 3. Организация занятия, направленных на подготовку школьников к выполнению нормативов комплекса ГТО

На вопрос о популяризации комплекса ГТО в образовательной организации получены следующие ответы: размещены стенды с тестами и нормативами комплекса ГТО - 133 респондента, что составило 81,1%; 73 учащихся или 44,5% отметили, что проводятся различные мероприятия (спортивные праздники, соревнования, дни здоровья); 3 школьника или 1,8% ответили, что ведется другая работа.

В ходе опроса было выявлено, что пропагандировать комплекс ГТО среди сверстников в настоящее время готовы 95 учащихся, что составляет 42,1% , и не готовы 69 или 42,1% учащихся.

Выводы

В результате проведенного социологического исследования было установлено, что у учащихся 6-7 классов среди факторов побуждающих заботиться о своем здоровье в качестве наиболее приоритетных отмечены такие, как заниматься физкультурой, спортом, туризмом, не курить, не употреблять спиртного и избавиться от вредных привычек, соблюдать режим питания, не переедать и не голодать. Также выявлены причины, которые мешают активно заниматься физической культурой и спортом учащимся 6-7 классов, такие как большая общая нагрузка, отсутствие свободного времени, неудобное расписание занятий.

В ходе опроса об отношении учащихся к комплексу ГТО и выполнению его нормативов были получены следующие результаты: 42,7% положительно относятся к комплексу ГТО и готовы к выполнению его нормативов, 24,4% скорее положительно относятся, 25% учащихся испытывают нейтральное отношение, 1,2% школьников скорее отрицательное, 3,7% респондентов отметили отрицательное отношение и 3% ответили, что не знают, что такое комплекс ГТО.

Литература

1. Виноградов П.А. Изучение отношения различных групп населения к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) как фактора (условия) его эффективного внедрения (опыт социологического исследования/ Виноградов П.А. Окуньков Ю.В. //Вестник спортивной науки, 2015.- №3 .- С.38-42.
2. Синявский Н.И. Проектирование модели деятельности тьютора в условиях реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в образовательном учреждении/Синявский Н.И., Фурсов А.В., Тиунова Т.А., Иванов К.Г. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», 2016.- 4(134) .- С.256-260.
3. Фурсов А.В. Изучение отношения учащихся к занятиям физической культурой и внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в систему образования / Фурсов А.В.,Синявский Н.И. Тиунова Т.А, Иванов К.Г.// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. - № 4.- С 24-28.
4. Развитие физической культуры и спорта и внедрение комплекса ГТО в системе образования (опрос для обучающихся) [Электронный ресурс] / Инструмент для онлайн опросов Survio.- Электрон. дан. - 2015. - Режим доступа: http://www.survio.com/survey/d/J5J5T9H8M7H0S4C1X, свободный. - Дата обращения: 06.06.2016.
5. Развитие физической культуры и спорта и внедрение комплекса ГТО в системе образования (опрос для обучающихся СурГПУ) [Электронный ресурс] / Платформа Google Forms.- Электрон. дан. - 2016. - Режим доступа: https://docs.google.com/forms/d/10j0oMCHBtnRh3c8cqSJUy7-M6pm5EnQnN-kOWSwYTYs/edit?usp=sharing, свободный. – Дата обращения: 06.06.2016.

References

1. A study of different types of the populace to the all-Russian sports complex “Ready for labor and defense” (RLD) as a factor (condition) its effective introduction (the experience of the sociological study)/ P.A. Vinogradov, U.V. Okunkov// The herald of sports science, 2015.-№3 .- pages 38-42.
2. Sinyavsky N. I. Design of model of activity of the tutor in the conditions of realization of the GTO All-Russian sports complex in educational establishment / Sinyavsky N. I., Fursov A.V., Tiunova T.A., Ivanov K.G.//Scientific-theoretical magazine "Scientific notes of university of name Item F. Lesgafta", 2016. - 4(134).-Page 256-260
3. Fursov A. V. Studying of the relation of pupils to physical culture and to introduction of the All-Russian sports complex "It Is Ready to Work and Defense" in Education system / Fursov A. V., Sinyavsky of N. I. Tiunova T. A, Ivanov K. G.//Physical culture: upbringing, education, training. 2016. - № 4. –p. 24-28.
4. Development of physical culture and sport and introduction of the GTO complex in an education system (poll for trained) [An electronic resource] / the Tool for online of polls of Survio. - Electron. it is given. - 2015. - Access mode: http://www.survio.com/survey/d/J5J5T9H8M7H0S4C1X, free. - Date of the address: 6/6/2016
5. Development of physical culture and sport and introduction of the GTO complex in an education system (poll for trained SURGPU) [An electronic resource] / the Google Forms Platform. - Electron. it is given. - 2016. - Access mode: https://docs.google.com/forms/d/10j0oMCHBtnRh3c8cqSJUy7-M6pm5EnQnN-kOWSwYTYs/edit?usp=sharing, free. – Date of the address: 6/6/2016

УДК 159.922.5+37.032

Пегов В. А.[1], к. п.н., доцент; Козлова А. Э., аспирант[1], Лескова Ю. Л.[2]

ТЕЛЕСНОЕ СОЗРЕВАНИЕ РЕБЁНКА И УЧЕБНЫЕ СПОСОБНОСТИ

[1]ФГБОУ ВО «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма», [2]МБОУ «СШ №2» города Смоленска, Смоленск, Россия, pegwlad@rambler.ru

***Аннотация**. В статье на основе проективных методик и методов оценивания психосоматического и двигательного развития ребёнка дошкольного возраста представлены результаты исследования уровня телесного созревания детей, приходящих в школу в первый класс. Обнаружена чётко выраженная тенденция нарастания телесной незрелости детей дошкольников и её влияния на степень готовности стать учеником. Намечена перспектива исследования соотношения уровня телесного созревания детей в дошкольном периоде и уровня сформированности регулятивных универсальных действий в начальной школе.*

***Ключевые слова**: телесное созревание, двигательное развитие, учебные способности.*

Pegov V. A.[1], the cand. of ped. Sciences; Kozlova A. E.[1]; Leskova Y. L.[2]

BODILY MATURITY OF THE CHILD AND THE LEARNING CAPACITY

[1] FGBOU VO «Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism», [2]MBOU «Secondary School № 2», Smolensk, Russia, pegwlad@rambler.ru

***Abstracts.** On the basis of projective techniques and methods for evaluation of psychosomatic and motor development of preschool child presents the results of research of level of bodily maturation of children who come to school in the first grade. Detected clearly expressed tendency of increase physical immaturity of children of preschool children and its effect on the readiness to become a disciple. Prospects for investigating the relationship level of bodily maturation of children in pre-school period and the level of formation of universal regulatory actions in elementary school.*

***Keywords:** bodily maturity, motor development, learning capacity.*

Один из подходов к рассмотрению человека, который известен в науке, как психофизический параллелизм, состоит в том, что, согласно ему, душевное и телесное соответствуют друг другу, но не взаимодействуют между собой. Несмотря на всю очевидную абсурдность этой теории и её критику со стороны других научных подходов, данное представление глубоко укоренилось в подсознании многих современных людей, в том числе, имеющих отношение к педагогике. На практике это, в частности, выражается в том, что учитель, преподающий, например, математику никак не связывает то, что он делает на уроке по развитию математических способностей у детей с тем, что у них в этот момент происходит в теле. Следовательно, подспудно считается, что арифметические действия осуществляются в одной реальности, а телесные действия (физиологические процессы) ребёнка протекают в другой. Но это противоречит не только теоретическим научным представлениям о единстве человеческого существа, но и опровергается имеющимися многочисленными исследованиями.

Например, доказано, что агнозия пальцев вызывает серьёзные сложности у детей в освоении ими математических навыков [4]. Впервые эта взаимосвязь была открыта ещё в 20-е гг. прошлого века, и было обнаружено, что вычислительные способности детей существенным образом определяются двигательным развитием пальцев. Более того, формирование пространственной ориентации ребёнка статистически значимо поддерживает продвижение его в познании чисел.

Последние исследования говорят о том, что одна из определяющих причин легастении у современных детей связана с неразвитостью пространственной ориентации и ориентации в собственном теле, которые, в свою очередь, являются результатом некачественного прохождения фаз двигательного развития в первом семилетии жизни [5].

Таким образом, учебные способности детей, которые должны быть пробуждены и оформлены в школьные годы, имеют не только психические корреляты, но, по крайней ме-

ре, в не меньшей степени, и телесные. Другими словами, телесное созревание ребёнка, качество этого созревания создаёт основу для формирования учебных способностей.

Но, если обратиться к представлениям, которые определяют поведение нынешних взрослых по отношению к детям, то в этих представлениях дети предстают как бесплотные существа. Причём такое представление характерно как для профессионально подготовленных воспитателей, так и для природно-обязанных быть воспитателями родителей.

Что свидетельствует о таком искажённом восприятии ребёнка? Ещё несколько десятков лет назад воспитание детей (особенно в первые семь лет) определялось традициями народной педагогики. И хотя в силу постоянной эволюции человека любые самые хорошие традиции начинают превращаться в нечто тормозящее и сдерживающее для рождающегося нового, тем не менее, в этой народной педагогике сохранялось ещё много здорового. Самым важным при этом было понимание (основанное на здравом смысле) того, что ребёнку, в первую очередь, требуется телесный уход. Вся духовная зрелость родителей и их душевное тепло проявлялись как раз в том, какими способами они помогали формированию здоровой телесности ребёнка. «В школе научат» – за этим простым жизненным утверждением стояло древнее понимание того, что возраст ученичества начинается на седьмом году жизни, в возрасте смены зубов. Это, кстати, в начале XX века подтверждала и современная наука.

Но возникает парадоксальная ситуация. Позитивистская наука, которая находит основу только в материально-телесном, которая по-прежнему (несмотря на все заверения, что это невозможно) ищёт первичный «кирпичик» всего существующего, переворошив полностью тело человека, в том, что касается его воспитания (въспитания, взращивания), впадает в состояние амнезии относительно главного формирующего периода – первого семилетия жизни.

Зияющая дыра особенно ощутима на фоне того, что:

- генная инженерия делает всё больше предложений для коррекции телесных отклонений во время внутриутробного периода (при этом мало кто, задаёт вопрос относительно того, что происходит с телом ребёнка, когда он потребляет генетически модифицированные продукты – достижения генных технологий);
- индустрия моды через глянцевые журналы активно навязывает подросткам гламурные («glamour» буквально «чары, волшебство»; своего рода очаровывающая «обёртка»), обёрточные модели тел (и одежды), под которые они должны себя выстраивать (при этом другая индустрия – «fast food» (быстрого и неразборчивого питания) – у других подростков способствует превращению тел в бесформенные телеса; третья индустрия – игрушечная – посредством, например, Барби («гения чистой пустоты») вызывает уже и у маленьких девочек стремление быть «стройной»);
- стремительно развивающаяся промышленность «пластики тела» предлагает взрослеющим и взрослым подрихтовать любой телесный недостаток, и через это радикально «поменять себя» (под «себя», соответственно, понимается та же очаровывающая, завораживающая обёртка – гламур; Оливер Джеймс, автор книги «Гламурная лихорадка: как добиться успеха, сохранив рассудок» («Affluenza: How to be Successful and Stay Sane»), совершенно точно обозначил происходящее «вирусом гламурной лихорадки»); специальные телевизионные шоу показывают чудесные превращения «лягушки» в «принцессу» (или «принца»).

Конечно, в толстых книгах стиля «Мать и дитя» ещё можно найти информацию относительно ухода за телом ребёнка. Но и в них акцент смещается в сторону только психической составляющей развития ребёнка. При этом сейчас врачи отмечают самые разнообразные искривления позвоночника (сколиоз, асимметричная осанка и проч.), О- и Х-образные ноги, плоскостопие (например, обследование показывает, что до 50% мальчиков и 15-20% девочек в 1-2-м классах имеют невыраженный свод стопы), недоразвитие нижней челюсти с растущими вкривь и вкось зубами. Обычно принято причиной называть внешние факторы, главным образом, нехватку кальция в организме, гиподинамию. Но кальций сам по себе не

строит позвоночник (достаточно посмотреть на формы извести в наших чайниках), а движения сами определяются действием человеческой воли. Именно её недостаток, связанный с незрелостью «Я» – взрослого человека и взрослеющего ребёнка – приводит к доминированию силы тяжести, которая прижимает, придавливает тело к земле, корёжа и деформируя его. Инфантилизация человечества отмечается многими психологами и социологами современности.

Итак, вопрос преемственности дошкольного и школьного образования чаще всего описывается понятием «адаптация ребёнка к школе», что уже давно вызывает серьёзную критику. Обоснованнее говорить о «преемственности детства», что, в частности, предполагает не натаскивание дошкольника на школьные умения и навыки – читать, писать и проч. – а преобразование качеств, сформированных в первые семь лет, в учебные способности. Подзаголовок известной книги А. Г. Асмолова с соавторами – «От действия к мысли» [1] – должен восприниматься не как красивая метафора (каковой он у них и является), не только как конкретное методическое указание для учителей, но и как ориентир для понимания сути перехода от возраста игры к возрасту ученичества: телесный и двигательный опыт ребёнка, полученный в первое семилетие жизни, должен быть преобразован в учебные способности (в том числе, в универсальные учебные действия). Исход этой метаморфозы зависит от разных факторов:

– от качества телесного опыта ребёнка;

– от качества его двигательного опыта;

– от качества педагогического сопровождения ребёнка в момент прохождения метаморфозы.

Исходя из этого, необходимо более внимательно посмотреть на то, что происходит у детей в сфере их телесного и двигательного созревания накануне школы. Во-первых, обратимся к значению проективных методик, в частности, «Рисунок человека» [3]. Во-вторых, на представление о формировании регулятивных УУД [1, 2].

Нами были исследованы рисунки человека и различные показатели телесного и двигательного созревания у дошкольников (всего – 101 ребёнок), пришедших в первый класс. Был применён регрессионный анализ, где в качестве зависимой переменной выступала оценка Керна-Йирасека, в качестве независимых переменных – показатели телесного и двигательного созревания детей.

$$К\text{-}Й = 0{,}094 + 0{,}768 \times Глаза + 0{,}539 \times Шея + 0{,}351 \times АН + 1{,}536 \times Стопы + 0{,}549 \times ПЗ + 0{,}655 \times Лемн. + 0{,}579 \times СкП$$

($F=31{,}69$, $p<0{,}001$), где:

К-Й – оценка рисунка человека по Керну-Йирасеку.

Глаза – показатель наличия глаз на лице.

Шея – показатель наличия шеи на рисунке.

АН – показатель наличия акцентированного нажима.

Стопы – показатель наличия стоп ног на рисунке.

ПЗ – показатель понимания задания.

Лемн. – оценка рисунка лемнискаты.

СкП – показатель способности прыгать через скакалку.

В другом уравнении зависимой переменной был показатель способности решать простую математическую задачу.

$$РЗ = -0{,}366 - 0{,}161 \times Нос + 0{,}189 \times АК + 0{,}332 \times ПР + 0{,}426 \times ПДР + 0{,}559 \times ПвЗ$$

($F=15{,}93$, $p<0{,}001$), где:

РЗ – показатель способности решать простую задачу.

Нос – показатель наличия носа на лице.

АК – показатель наличия акцентированного контура.

ПР – показатель «подаёт руку при встрече».

ПДР – показатель способности подражать движениям рук.

ПвЗ – показатель способности повторить задание.

Оба эти уравнения, как и другие, ещё раз подтвердили статистически значимую взаимосвязь между степенью проработанности рисунка человека и показателями телесного и двигательного развития детей.

В дальнейшем мы планируем исследовать, каким образом это связано с формированием УУД, в частности, с регулятивными УУД. При этом есть самые разные данные о степени сформированности универсальных учебных действий у школьников в начальной школе [2]: примерно одинаковое развитие всех УУД, низкое развитие регулятивных УУД, наблюдаемое в 1-м классе, и снижение соответствующих показателей от 1-го к 4-му классу.

Итак, реализация новых ФГОС в школьной практике, требование компетентностного подхода в обучении детей необходимым образом подвигает к изменению взгляда родителей и педагогов на значение телесного и двигательного созревания детей в первые семь лет жизни, к смещению акцентов с натаскивания на школьные учебные навыки на полноценное телесное воспитание и телесный уход.

Библиографический список:

1. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя / А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская, И. А. Володарская и др.; под ред. А. Г. Асмолова. – М.: Просвещение, 2008. – 151 с.

2. Коломиец, Ю. Г. Психологический мониторинг формирования УУД в рамках ФГОС / Ю. Г. Коломиец // Психологическая газета. – 2016. – 21 октября 2014.

3. Романова, Е. С. Графические методы в психологической диагностике / Е. С. Романова, О. Ф. Потёмкина. – М., 1992. – 256 с.

4. Reeve, R. Five- to 7-Year-Olds' Finger Gnosia and Calculation Abilities / R. Reeve, J. Humberstone // Journal List Front Psychol. – v.2. – 2011.

5. Terlouw, M. Legasthenie und ihre behandlung / M. Terlouw. – Verlag Freies Geistes leben, 1997. – 173 s.

УДК 796.015

Н.Г. Рубцов, старший преподаватель

РАЗВИТИЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КОМИ

ФГБОУ ВПО Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина, г. Сыктывкар, Россия, E-mail: rubcov.n@mail.ru

Аннотация. В статье проводится анализ состояния адаптивной физической культуры в Республике Коми. Выделяются первоочередные задачи в этой области и предлагаются рекомендации для улучшения качества предлагаемых услуг. Приведены замечания по «Доступной среде» для инвалидов. Отражены фактические значения занимающихся спортом.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, адаптивный спорт, адаптивное физическое воспитание.

N. Rubtsov, the senior teacher

DEVELOPMENT OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AND SPORTS OF THE REPUBLIC OF KOMI POPULATION

Federal State Budget Educational Institution of Higher Education «Syktyvkar State University named after Pitirim Sorokin» Syktyvkar, Russia, E-mail: rubcov.n@mail.ru

Annotation. The article analyzes the state of the adaptive physical culture in the Komi Republic. Stand out priorities in this field and provides recommendations to improve the quality of services offered Presents observations on the "Available environment" for people with disabilities. It reflected the actual values involved in sports.

Key words: adaptive physical education, adaptive sport, adaptive physical education.

На сегодняшний день спортсмены в летних и зимних Паралимпийских и Сурдлимпийских играх показывают выдающиеся результаты. Важно отметить, что люди с ограни-

ченными возможностями, доказывают «неограниченные возможности» преодоления всех объективных трудностей, достижение целей в победе над собственными слабостями.

Адаптивная физическая культура- это область физической культуры человека, который имеет отклонения в состоянии здоровья, и общества. Это процесс комплексной реабилитации и социальной интеграции. Значимая деятельность и ее социально и индивидуально значимые результаты по созданию всесторонней готовности человека с отклонениями в состоянии здоровья, к жизни. Адаптивная физическая деятельность является своеобразным процессом и результатом человеческой деятельности, а так же средство и способ гармонизации и совершенствования всех сторон и свойств человека, имеющего отклонения в состоянии здоровья [1,с.107,108].

Региональная программа Республики Коми «Развитие адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на 2014-2017 годы», утвержденная постановлением Правительства Республики Коми от 19.07.2013 г. № 262 (далее – Региональная программа) разработана в соответствии с поручением Президента Российской Федерации от 6 декабря 2012 года № Пр-3305, и вступила в силу с 1 января 2014 года [2].

Региональная программа разработана в соответствии с Концепцией развития физической культуры и спорта в Республике Коми на период до 2020 года, утвержденная распоряжением Правительства Республики Коми от 4 марта 2011 года № 53-р, в которой отражены основные направления работы по физическому воспитанию лиц с инвалидностью, в том числе:

-разработка мер по привлечению к занятиям физической культурой и спортом лиц с инвалидностью;

-открытие специализированных образовательных учреждений, отделений и групп спортивной направленности в детско-юношеских спортивных школах (далее - ДЮСШ) для систематических занятий спортом детей с инвалидностью;

-совершенствование научно-методического обеспечения физической культуры и спорта инвалидов;

-совершенствование системы подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва, отбора талантливых спортсменов, в том числе по сурдлимпийским и паралимпийским видам спорта, с применением современных спортивных технологий в деятельности тренерско-преподавательского состава [3,с.167,168].

В 2015 году в рамках реализации календарного плана официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Республики Коми проведены 11 республиканских мероприятий для лиц с инвалидностью:

1. Первенство РК по настольному теннису в зачет III круглогодичной республиканской Спартакиады инвалидов - 69 чел.;
2. Первенство РК по лыжным гонкам в зачет III круглогодичной республиканской Спартакиады инвалидов - 72 чел.;
3. Первенство РК по бочче в зачет III круглогодичной республиканской Спартакиады инвалидов - 49 чел.;
4. Первенство РК по боулингу среди инвалидов по слуху и интеллекту - 37 чел.;
5. Первенство РК по плаванию в зачет III круглогодичной республиканской Спартакиады инвалидов - 89 чел.;
6. Республиканские соревнования по мини-футболу памяти братьев Хохловых - 32 чел.;
7. Республиканские соревнования по конному спорту среди инвалидов, посвящённые международному дню борьбы с наркоманией - 8 чел.;
8. Республиканские соревнования по дартсу, посвященные Дню физкультурника - 45 чел.;
9. III круглогодичная Спартакиада инвалидов (спортивный Праздник инвалидов) - 371 чел.;

10. Первенство РК по пауэрлифтингу в зачет III круглогодичной республиканской Спартакиады инвалидов - 46 чел.;

11. Первенство РК по русским шашкам, посвященные международному дню инвалидов - 41 чел.

Большая часть участников привлеченных к республиканской Спартакиаде, являются студенты средне-специальных, высших учебных заведений. Так же привлечены старшее поколение различных обществ инвалидов и интернаты.

Результаты в адоптивном споре является примером для здоровых людей. По данным Агентства по физической культуре и спорту в Коми находится 259 спортивных сооружений приспособленных для занятий лиц с ограниченными возможностями здоровья. Работают в этой сфере 69 тренеров- преподавателей. Члены сборных команд Республики Коми участвуют на всероссийских и международных соревнованиях. Спортсмены в разных категориях заболеваний имеют спортивные разряды и звания : 1 разряд-1 человек, Кандидат в мастера спорта - 12, Мастер спорта - 6, Заслуженный мастер спорта - 5, Мастер спорта международного класса - 1 человек.

На территории муниципалитетов Республики Коми много учебных заведений в которых проводится адаптивное физическое воспитание , на спортивных базах которых проводятся секции по многим видам спорта, но здесь есть одно но. Практика показывает низкую доступность в плане организации специальных устройств, подъемников, подъездов, проездов внутри зданий. Проект старых зданий предусматривает наличие спортивных залов на верхних этажах, а это труднодоступно для людей незрячих и с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.

В таблице 1 представлены значения занимающихся адаптивной физической культурой и спортом в республике. Большая занятость отмечена в Сысольском районе -15,3% по отношению к числу инвалидов. В столице республики г.Сыктывкаре больше возможностей, но показатель занимающихся ниже -6,65%, это связано прежде всего с нехваткой спортивных сооружений к соотношению численности желающих заниматься. Самая низкая доля занимающихся в Троицко-Печорском районе -0,45%, причем там отмечается слабо развитая инфраструктура. Проблемы есть и их надо решать в ближайшие два года.

Таким образом с целью дальнейшей реализации Региональной программы предлагается проведение следующих мероприятий:

- продолжить работу по межведомственному взаимодействию по вопросам развития адаптивной физической культуры и спорта в Республике Коми;
- продолжить работу по обеспечению доступности для занятий физической культурой и спортом людей с инвалидностью;

Таблица 1

Доля инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся физической культурой и спортом, к общей численности населения данной категории, %

Фактические значения по состоянию на 01.01.2015 г.				
п/п	МО РК	Численность инвалидов, чел.	Численность инвалидов, занимающихся ФКиС, чел.	Доля инвалидов, занимающихся ФКиС, %
1.	Сыктывкар	24025	1597	6,65
2.	Воркута	7171	498	6,94
3.	Вуктыл	1266	138	10,90
4.	Инта	2317	104	4,49
5.	Печора	4313	79	1,83

Фактические значения по состоянию на 01.01.2015 г.				
п/п	МО РК	Численность инвалидов, чел.	Численность инвалидов, занимающихся ФКиС, чел.	Доля инвалидов, занимающихся ФКиС, %
6.	Сосногорск	4703	181	3,85
7.	Усинск	1554	103	6,63
8.	Ухта	6873	916	13,33
9.	Ижемский район	1542	25	1,62
10.	Княжпогостский район	1885	146	7,75
11.	Койгородский район	751	64	8,52
12.	Корткеросский район	1984	66	3,33
13.	Прилузский район	2320	101	4,35
14.	Сыктывдинский район	1987	80	4,03
15.	Сысольский район	1529	234	15,30
16.	Тр-Печорский район	1320	6	0,45
17.	Удорский район	1843	83	4,50
18.	Усть-Вымский район	2649	368	13,89
19.	Усть-Куломский район	1882	41	2,18
20.	Усть-Цилемский район	892	12	1,35

- проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Республики Коми среди людей с инвалидностью в соответствии с календарным планом Министерства;

- распространение информации о проводимых семинарах по подготовке переподготовке специалистов в области физической культуры и спорта.

- заключение договоров с учебными заведениями на целевое обучение по подготовке кадров по адаптивной физической культуре;

- проведение мониторинга проводимых курсов подготовки и переподготовки специалистов, ведущих работу среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и информирование о них соответствующих учреждений спортивной направленности;

- проведение смотра-конкурса "Лучший спортсмен года" среди спортсменов-инвалидов;

- активизировать работу по взаимодействию ведущих спортсменов-инвалидов и детско-юношеских спортивных школ;

- обеспечение участия спортсменов-инвалидов спортивных сборных команд Республики Коми по видам спорта в официальных межрегиональных, всероссийских и международных соревнованиях;

- стимулирование спортсменов-инвалидов, занявших призовые места на международных и всероссийских соревнованиях, и тренеров, в том числе молодежи и юниоров по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта;

- определение лучших спортсменов-инвалидов года по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта;

- активизировать работу по пропаганде адаптивного спорта высших достижений Республики Коми;

- подготовка, размещение и обновление информации и публикаций о проводимых на территории Республики Коми физкультурных и спортивных мероприятий среди людей с инвалидностью на официальном сайте Министерства.

Библиография

1. Актуальные проблемы оздоровительной и адаптивной физической культуры. Сборник материалов V Международной студенческой научно-практической конференции. Харченко Е.А.,2016,С.106-109.

2. Постановление от 19 июля 2013 г. N 262 Об утверждении региональной программы Республики Коми "Развитие адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на 2014-2017 годы" (в ред. постановления Правительства РК от 08.05.2014 N 189) Консультант плюс.

3. Технология адаптивного физического воспитания студентов на занятиях физической культурой в вузе. Федякина Л.К., Кортава Ж.Г., Скорик Н.В. Символ науки. 2015. № 11-2. С. 167-170.

Bibliography

1. Actual problems of improving and adaptive physical education. The collection of materials of the V International student's scientific-practical conference. Harchenko E.A., 2016, P.106-109.

2. Decree of July 19, 2013 N 262 On approval of the Republic of Komi regional program "Development of adaptive physical culture and adaptive sport, 2014-2017" (in red. By the RK Government dated 8.5.2014 N 189) plus consultant.

3. The technology of adaptive physical education students in the classroom physical education in vuze. Fedyakina L.K., Kortava J.G., Skorik N.V.. Science symbol. 2015. № 11-2. P.167-170.

УДК 373.3

В.А. Богданова, к.п.н.; Т.С. Сафонова

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ

Тюменский государственный университет, Институт физической культуры, г. Тюмень, Россия, vabogdanova-65@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются современные подходы к профориентации молодежи, проблемы предпрофильной и профильной подготовки, а также мотивы и ценностные ориентации при профессиональном самоопределении.

Ключевые слова: профориентация школьников, профильная подготовка, предпрофильная подготовка, профессиональное самоопределение.

V. Bogdanova, Ph.D.; T. Safonova

MODERN PROBLEMS OF VOCATIONAL ORIENTATION OF PUPILS

Tyumen State University, Institute of physical culture, Tyumen, Russia, vabogdanova-65@mail.ru

Annotation. The article deals with the modern approaches to vocational guidance of youth, challenges before profile and profile preparation, as well as motivation and value orientations during professional self-determination.

Key words: vocational school students, professional self-determination training profile.

В настоящее время актуальность проблемы профориентации как общественной, так и личной для каждого выпускника школы проявляется в необходимости преодоления противоречия между объективно существующими потребностями общества в сбалансированной структуре кадров и его профессиональному устремлению. То есть, по своему назначению, система профориентации должна оказать положительное влияние на рациональное распределение трудовых ресурсов, выбор жизненного пути молодежью и адаптации к профессии.

В законе Российской Федерации «Об образовании» говорится о содержании образования, которое «является одним из факторов экономического и социального прогресса общества и должно быть направлено на обеспечение самоопределения личности, создание условий для ее самореализации...» [5].

Выбор профессии обусловлен действиями многих как внешних, так и внутренних факторов. Какое решение принимает абитуриент зависит от потребностей общества в кадрах, наличия учебных заведений и конкурса в них среди поступающих [1].

В настоящее время, в социально-экономических условиях происходят значительные изменения в различных сферах профессиональной деятельности человека. А именно, смена мира профессий, повышаются требования к квалификации и компетентности работника и др.

Важными направлениями профориентационной работы с населением являются организация и проведение профессионального отбора, составление и описание критериев успешности, разработка рекомендаций для индивидуального стиля профессиональной деятельности.

Субъектом профориентации является не только конкретный человек, но и так называемые групповые объекты. В данном контексте анализа субъект – это человек (или группа людей), который имеет определенные представления о своих профессиональных перспективах, а также организации помощи различным людям в профессиональном самоопределении. Другими словами, субъект профориентации способен к определенной активности и к рефлексии этой активности по планированию и реализации карьерных целей.

Условно можно выделить следующие основные субъекты профориентации:

1. *Самоопределяющаяся личность* (школьник, взрослый, безработный, специалист и т.п.). Отметим, что каждый человек в определенной степени представляет определенные социальные группы населения с их специфическими установками, взглядами на жизнь и успех. Именно поэтому изучение каждого отдельного человека как субъекта профессионального самоопределения подразумевает предварительное исследование обыденного сознания в различных социальных группах.

2. *Семья*. Ни для кого не секрет, что для любой семьи, где подрастает ребенок, главная задача – подготовить его к самостоятельной жизни, сориентировать на жизненный и карьерный успех. Рассмотрение семьи как особого субъекта профессиональной ориентации предполагает изучение определенных традиций, различных трудовых династий и всего остального, что так или иначе заставляет семью определенным образом как-то решать карьерные вопросы.

3. *Психолого-педагогическая наука* в лице определенных ученых и педагогов, которые занимаются разработкой профориентационной проблематики и готовят профконсультантов специалистов для данной работы. При этом стоит отметить, что у ученых и преподавателей может быть свой взгляд на полноценную профориентацию, который отличается от взглядов самоопределяющихся испытуемых, их родителей и других люде, плохо разбирающихся в современной педагогике и психологии.

4. *Психологические центры и службы*, где происходит осуществление помощи людям в профессиональном самоопределении (Центры занятости граждан, Центры профессиональной ориентации молодежи и т.п.).

5. *Образовательные учреждения (школа).* Здесь главной задачей является подготовить школьника к выбору и реализации дальнейшего продолжения обучения с последующим профессиональным самоопределением. Но тот факт, что школа уделяет мало времени данному вопросу остается острым.

6. *Государство.* Важнейшим условием процветания любого региона страны является создание условий, когда активная и творческая часть населения способны реализовывать свои таланты на благо общества. И совершенно наоборот, когда очень талантливые люди не имеют возможности полноценно себя реализовывать в существующих неблагоприятных условиях, созданных руководителем региона.

Современные подходы к профориентации молодежи рассматривают как комплекс мер по сопровождению профессиональной карьеры человека. Данные подходы предлагают разработку программ профессиональной ориентации, которые позволяют всем лицам в рав-

ной степени развивать и применять свои способности к труду как с учетом потребностей общества и возможностей рынка труда, так и в собственных интересах.

Подготовка учащихся к выбору профессии – процесс долговременный и непрерывный, осуществляемый на всех возрастных этапах. Итогом профоориентационной работы является осознанное профессиональное самоопределение выпускников школ.

Перспективным направлением профориентационной работы на наш взгляд может стать создание условий для того, чтобы школьники могли попробовать себя в каких-то интересных программах (хотя бы на уровне участников), чтобы изнутри посмотреть, как работают специалисты.

Ориентация школьников на специалиста по физической культуре и спорту должна рассматриваться не только как помощь в принятии школьником решения о выборе направления и места дальнейшего обучения, она предполагает работу по повышению готовности подростка к социальному, профессиональному и культурному самоопределению в целом.

Проводя профориентационную работу целесообразно организовать «погружение» старших школьников в проблему выбора направления дальнейшего образования, заранее предусмотренное учебным планом школы.

Одной из таких форм является проведение мероприятия «День открытых дверей», где выпускники школ встречаются не только с ректором, деканами факультетов, но и со студентами ВУЗа. Такие встречи необходимо сделать постоянными, разноплановыми и интересными. Здесь студенты могут не только рассказать о специальностях и направлениях, по которым осуществляется подготовка в институте, но и показать внеучебную жизнь.

Хорошей практикой профориентационной работы может стать участие выпускников школ в мероприятиях, проводимых в институте, таких как: турнир первокурсника «Что? Где? Когда?», «Посвящение в студенты», студенческий фестиваль «Дебют первокурсника», «Студенческая весна», встречи с ветеранами спорта, участие школьников с докладами в традиционной региональной научно-практической конференции «Здоровье нации – наша забота!». Регулярные экскурсии, проводимые для учащихся школ, где они могут пообщаться с преподавателями и студентами института, ознакомиться с научной и спортивной базой дадут положительные результаты проведенной работы [2].

Проблемы предпрофильной и профильной подготовки. Профильная ориентация означает «оказание учащимся психолого-педагогической помощи в проектировании продолжения обучения непрофильных и профильных классах старшей ступени, учреждениях высшего, начального и среднего профессионального образования. Как мы выяснили, профориентация в большей степени нацелена на обследование учащихся с целью выявления их предпочтений и возможностей для обоснованного выбора профиля обучения в дальнейшем. Также отметим, что профильная ориентация способствует «созданию условий для повышения уровня готовности подростков к культурному, социальному и профессиональному самоопределения в целом».

Обозначим некоторые трудности в достижении успеха предпрофильной и профильной подготовки с учетом современных российских реальностей:

1. Неопределенность с финансированием предпрофильной и профильной подготовки.

2. Неготовность многих педагогов и психологов к осуществлению предпрофильной и профильной подготовки.

3. Полноценная профориентационная работа с учащимися помимо использования массовых форм и методов обязательно предполагает индивидуальные профессиональные консультации.

Мотивы и ценностные ориентации при профессиональном самоопределении. Каждый человек характеризуется наличием мотивационной сферы, то есть системой определенных мотивов, ценностных ориентаций, обуславливающей его поведение в течение всей жизни. Мотивационная сфера включает в себя потребности и мотивы. Потребности являют-

ся первичным, определяющим источником активности человека. Мотивы – это психологические механизмы поведения человека, являющиеся «внутренним двигателем» поступков личности. Мотивы человека чрезвычайно многообразны, поскольку вытекают из различных потребностей.

Мотивационная сфера является ведущей в структуре личности и во многом обусловливает отношение человека к труду вообще и к конкретному виду деятельности в частности, позволяет изучить механизмы принятия решения о выборе профессии.

В профориентационной работе важна поддержка со стороны учителей физической культуры города и области, тренеров спортивных школ, а также выпускников института, работающих в сфере физической культуры и спорта. Необходимо выявлять участников и победителей олимпиад по физической культуре, школьной спартакиады по разным видам спорта, которые проводятся в течение учебного года. Сознательность в принятии решения в выборе профессии позволяет надеяться на более высокий уровень ответственности абитуриента в процессе получения образования [3].

Библиографический список

1. Богданова, В.А. Профессиональное самоопределение учащихся старших классов / В.А. Богданова, П.И. Байдуков //Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта: опыт, перспективы развития: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Тюмень: Вектор Бук. - 2011. – С. 23-26.

2. Богданова, В.А. Профессиональное самоопределение старших школьников / В.А. Богданова, П.И. Байдуков // Здоровье нации – наша забота: материалы 4-ой региональной научно-практической конференции студентов, магистрантов и аспирантов. – Изд-во ТюмГУ. - 2010. – С. 10 – 14.

3. Богданова, В.А. Результаты профориентационной работы в общеобразовательных учреждениях / В.А. Богданова, П.И. Байдуков // Здоровье нации – наша забота: материалы 5-ой региональной научно-практической конференции студентов, магистрантов и аспирантов. – Изд-во ТюмГУ. - 2011. – С. 8 – 11.

4. Пряжникова Е.Ю. Профориентация / Е.Ю. Пряжникова, Н.С. Пряжников// Профориентация: учебн. пособие для студ. высш. учеб. заведений – 3-е изд.-2007. – 496 с.

5. Федеральный закон 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации».

УДК: 616.1-053.2

[1]С.В.Михайлова, к.б.н., доцент; [2]Ю.Г.Кузмичев, д.м.н., профессор;
[3]Н.В.Жулин, врач-педиатр, [4]Л.И.Красникова, к.м.н.

ОЦЕНОЧНЫЕ ТАБЛИЦЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

[1]ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им.Н.И. Лобачевского», Арзамасский филиал, г. Арзамас, fatinia_m@mail.ru
[2]ГОУ ВПО «Нижегородская государственная медицинская академия», г. Нижний Новгород
[3]Центр Здоровья для детей, г. Арзамас, Россия
[4]Арзамасская городская больница № 1, г. Арзамас, Россия

Аннотация. *В статье обоснован выбор центильного метода для разработки нормативов физического развития современных студентов Нижегородской области по результатам антропометрических обследований 8415 студентов 17-25 лет. Оценочные таблицы представлены в виде одномерных центильных шкал по 14 показателям физического развития.*

Ключевые слова: *студенты, физическое развитие, морфофункциональные показатели, центильное распределение.*

[1]***S.V.Mikhailova***
assistant professor department of Physical Culture, PhD in Biology,
[2]***Ju.G.Kuzmichev,***
Doctor of Medical Sciences, Professor, Department of childhood diseases
[3]***N.V.Zhulin*** *Pediatrician,*
[4]***L.I.Krasnikova,*** *Cand. Med.Sci., head doctor*

ASSESSMENT TABLE OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS NIZHNY NOVGOROD REGION

[1]FSAEI HE «National Research Nizhny Novgorod State University named N.I.Lobachevsky», Arzamas branch, Arzamas, Russia; [2]FSBI HPE «Nizhny Novgorod State Medical Academy»Nizhny Novgorod, Russia; [3]Health Centre for Children; [4]Arzamas City Hospital № 1

Annotation*. The article chosen are centile method to develop a standard of physical development of modern students of Nizhny Novgorod Region on the results of anthropometric surveys, 8415 students of 17-25 years. Scorecards are presented in the form of one-dimensional scales centile 14 indicators of physical development.*

Key words: *students, physical development, morphofunctional indicators, centile distribution.*

Физическое развитие (ФР) подрастающего поколения требует систематического наблюдения, что подтверждается Постановлением Правительства РФ № 916 от 29.12.2001 г. «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» [1]. Для контроля ФР первостепенное значение имеет наличие нормативов и стандартов, которые формируются на основе статистического анализа распределения показателей у больших контингентов студентов, отобранных сообразно с принятыми критериями здоровья, социального и экологического благополучия [2, 3].

Для создания нормативов или стандартов физического развития требуется квалифицированный отбор больших контингентов обследованных, включаемых в группу стандарта, адекватный выбор методов антропометрического обследования, статистической разработки и представления стандартов.

Основной принцип разработки стандарта — создание однородной статистической совокупности, для реализации которого необходимо соблюдать следующие правила:

1) наполняемость одной возрастно-половой группы должна составлять не менее 100 человек;

2) необходима однородность группы по национальности и месту постоянного проживания, исключаются лица из семей мигрантов;

3) из статистической разработки исключают лиц, имеющих 3 и более хронических заболевания, с обострениями хронических заболеваний или патологическими отклонениями в развитии [3,4].

Цель исследования – изучить особенности морфофункциональных показателей студентов Нижегородской области и разработать для них нормативы физического развития.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ. Разработка нормативов проводилась по результатам антропометрических обследований 8415 студентов 17-25 лет. Исследование проведено генерализующим методом в 2011-2016 гг. среди студентов АФ ННГУ, АПИ, АФ РУК, НижГМА и ННГУ. Антропометрические измерения включали определение длины тела (ДТ), массы тела (МТ), окружности грудной клетки (ОГК), экскурсии грудной клетки (ЭГК), жизненной емкости легких (ЖЕЛ), динамометрии правой и левой кисти (ДПК и ДЛК), систолического и диастолического артериального давления (САД и ДАД), частоты сердечных сокращений (ЧСС), проб Штанге и Генчи [4, 5, 6].

По результатам обследования создана персонифицированная база данных, статистическая обработка проводилась с использованием программ офисного пакета «EXCEL v8.00» и «Version 4.03 Primer of Biostatistics». Для выполнения задач исследования применяли мето-

ды вариационной статистики, метод оценки достоверности результатов (критерий t-Стьюдента, критерий χ^2) с доверительным интервалом $p \leq 0{,}05\text{-}0{,}001$ [7].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Применяя центильный анализ, определили, что современных студентов отличает асимметрия показателей ДТ, МТ и ОГК в сторону крайних вариантов развития. Распределение ДТ имеет слабо выраженное правостороннее смещение, а МТ и ОГК имеют левостороннюю асимметрию, наиболее выраженную среди юношей.

Центильное распределение ЖЕЛ характеризуется небольшой правосторонней асимметрией. Выраженная левосторонняя асимметрия отмечается по показателям динамометрии: практически у половины (57,6%) студентов динамометрия оценивается как сниженная, низкая и очень низкая. Центильные оценки показателей САД и ДАД имеют выраженную правостороннюю асимметрию.

Морфофункциональные показатели студентов отличаются выраженной вариабельностью, поэтому в целом физическое развитие современных студентов характеризуется высокой численностью юношей и девушек с крайними значениями морфологических и функциональных признаков.

Продолжающиеся приросты морфологических показателей в возрасте 17-25 лет могут свидетельствовать о незавершенности ростовых процессов у молодежи с замедленным биологическим развитием, а рост функциональных показателей отмечен у студентов, активно занимающихся спортом. [8,9].

Выраженная асимметрия распределения оценок морфофункциональных показателей доказывает правильность использования непараметрического центильного метода математической статистики, который приемлем для оценивания распределений любого типа.

Учитывая наличие статистически достоверных различий по показателям физического развития у большинства студентов до 21 года, определили для разработки норматива возрастные группы: 17 лет, 18 лет, 19 лет, 20 лет, 21 год и старше (табл.1).

Таблица 1

Одномерные центильные шкалы для оценки физического развития

Показатели	Минимум максимум	Оценка показателей по центильным интервалам							
		1	2	3	4	5	6	7	8
		Центили							
		3(5)	10	25	**50**	75	90	97(95)	
Девушки 17 лет									
1. Длина тела, см	140,0-186,0	154,6	155,7	161,2	**165,3**	168,5	171,2	175,8	
2. Масса тела, кг	40,0-100,0	44,0	47,1	51,0	**57,6**	60,7	65,7	71,1	
3. BMI кг/м^2	14,4-33,4	16,5	17,6	18,8	**20,3**	21,9	23,9	26,3	
4. Окружность грудной клетки, см	73,0-107,0	73,3	74,5	76,7	**82,8**	84,9	90,8	95,3	
5. Жизненная емкость легких, л	1,9-5,5	2,2	2,4	2,6	**3,0**	3,4	3,8	4,7	
6. Динамометрия правой кисти, кг	15,0-35,0	15,8	16,6	17,3	**22,6**	24,4	27,6	31,6	
7. Динамометрия левой кисти, кг	12,0-30,0	12,4	14,1	16,5	**19,8**	21,5	24,7	29,0	
8. САД, мм.рт.ст.	89,0-144,0	90,1	95,8	106,0	**115,6**	120,2	125,3	130,3	
9. ДАД, мм.рт.ст.	56,0-85,0	59,8	63,2	65,8	**72,7**	76,0	77,8	80,0	
10. ЧСС, уд. в мин.	52,0-120,0	60,0	63,7	72,0	**77,4**	87,5	94,8	105,1	
11. Проба Штанге, сек	14,0-83,0	23,0	26,4	32,7	**40,9**	47,7	54,3	60,8	
12. Проба Генчи, сек	12,0-41,0	13,6	15,7	17,7	**20,5**	23,3	26,9	30,9	
13. Жизненный индекс, %	28,2-94,1	34,0	37,4	48,7	**55,0**	59,0	63,6	70,8	
14. Силовой индекс, %	16,0-93,5	26,9	30,5	33,4	**41,0**	43,8	51,4	62,3	

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Новые нормативы представлены в виде одномерных центильных шкал для оценки физического развития студентов Нижегородской области в возрастно-половых группах от 17 до 21 года и старше по 14 морфофункциональным показателям.

Коллектив авторов выражает благодарность руководству ООО «АПКБ» за помощь в организации и проведении научно-исследовательской работы

ЛИТЕРАТУРА:

1. Постановление Правительства РФ № 916 от 29.12.2001 г. «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи». – М., 2001.

2. Оценка физического развития детей и подростков: учебное пособие / Е.С.Богомолова [и др.]. – Н.Новгород: Издательство НГМА, 2006 – 260 с.

3. Негашева М.А., Михайленко В.П., Корнилова В.М. Разработка нормативов физического развития юношей и девушек 17-18 лет // Педиатрия. – 2007. Т.86, № 1. – С.68-73.

4. Физическое развитие студентов высших учебных заведений Нижнего Новгорода / Н.А. Матвеева, Н.Г. Чекалова, А.В. Додонов, Ю.Р. Силкин, Е.О. Максименко // Медицинский альманах. 2015. № 5 (40). С. 176-178.

5. Михайлова С.В., Кузмичев Ю.Г., Крылов В.Н., Калюжный Е.А., Красникова Л.И., Жулин Н.В., Норкина Е.И., Глаголева К.С., Любаев А.В. Мониторинг физического развития студентов Нижегородской области // Современные научные исследования и инновации. 2016. № 9.

6. Приказ МЗ и соц.развития РФ от 19.08.2009 г. N 597н «Об организации деятельности центров здоровья по формированию ЗОЖ у граждан РФ, включая сокращение потребления алкоголя и табака».

7. Гланц С. Медико-биологическая статистика. Пер. с англ. М.: Практика, 1998. 459 с.

8. Матвеева Н.А., Бородинова А.А., Квасова А.П., Шулындина Л.В. Физическое развитие студентов г. Горького // Образ жизни и здоровье студентов. Сборник научных трудов. 1990. С. 69-75.

9. Усков Г.В. Динамика состояния физического здоровья студентов с различными режимами двигательной активности в период обучения в вузе и коррекция модифицируемых факторов риска развития заболеваний: дис. на соиск. докт.мед.наук: 03.00.13 – физиология, Усков Геннадий Васильевич. Челябинск, 2005. – 386 с.

УДК 796.011.1

С.Н. Чернякова, канд. пед. наук

ИНФОРМАТИЗАЦИЯ СРЕДЫ ВУЗОВСКОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Тюменский государственный университет», г. Тюмень, Россия, 4er_sn@mail.ru

Аннотация. Обосновано построение процесса физического воспитания студентов-заочников нефизкультурных направлений подготовки с использованием информационных технологий. Приведены показатели сформированности физкультурной компетентности (физическая подготовленность, физкультурная грамотность, физическое здоровье).

Ключевые слова: физическая культура, информационные технологии, студенты-заочники.

S. Chernyakova, cand. of ped. scien.

INFORMATIZATION OF THE ENVIRONMENT OF HIGH SCHOOL PHYSICAL TRAINING

Tyumen State University, Tyumen, Russia, 4er_sn@mail.ru

Abstract. Creation of process of physical training of students correspondence students of not sports directions of preparation with use of information technologies is proved. Indicators of formation of sports competence (physical fitness, sports literacy, physical health) are given.

Keywords: physical culture, information technologies, students of extramural studies.

Введение. Главными стратегическими направлениями сегодняшнего времени в реорганизации образования является обеспечение высокого качества подготовки специалистов и создание условий для развития личности в образовательном процессе. Формирование личности выпускника осуществляется в среде образовательного учреждения, региона, государства, в связи с этим сегодня интерес ученых в области педагогики, психологии, философии, социологии, культурологи, экологии обращен к проблеме изучения педагогического потенциала социокультурных сред, в том числе физкультурно-спортивной среды образовательного учреждения, как одному из факторов развития личности.

Согласно компетентностному подходу, образовательный процесс в вузе должен быть ориентирован на сотрудничество всех его субъектов, а студенты должны иметь возмож-

ность осуществлять индивидуальный выбор своего образовательного пути. Такая организация обучения требует особой технологии проектирования, способной гибко и адекватно реагировать на вызовы времени и требования внутренней среды образовательного учреждения.

Построение процесса физического воспитания на базе информационных технологий – суть проблемы формирования информационного пространства физического воспитания, обладающего функциями обучающей среды. Решение этой проблемы позволяет педагогу организовать направленное воздействие на рефлекторные механизмы студента, активизировать их, что закладывает основы подлинной индивидуализации процесса, поднимает его на иной качественный уровень [1]. В настоящее время назрела необходимость перехода традиционных форм подготовки, направленных, в первую очередь, на накопление знаний, умений и опыта двигательной деятельности, к использованию современных информационно-электронных технологий, позволяющих значительно эффективнее осуществлять сбор, обработку информации, вести самостоятельную работу и самообразование, качественно изменить содержание, методы и организационные формы обучения в области физической культуры и спорта (Ю.Д. Железняк, В.В. Зайцева, А.Н. Петров, Е.Ю. Розин, А.Н. Тихонов, А.И. Федоров, М.М. Чубаров и др.).

Многолетний опыт формирования физкультурных компетенций у студентов Тюменского государственного университета показал, что максимум внимания необходимо уделять формированию *личностного опыта физкультурно-спортивной деятельности через интеграцию* учебной, научной, воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. Кроме того, необходима организация различного рода физкультурно-спортивных сред и практик на основе интегративных связей с учреждениями дополнительного образования и с социокультурной средой муниципального образования [2].

Причем для повышения эффективности процесса формирования физкультурных компетенций у студентов в физкультурно-спортивной среде образовательного учреждения каждый учебный год может изменяться количество микросред, а также содержание и соотношение ее пространственно-предметного, технологического и социального компонентов, в зависимости от потребностей субъектов и направленности образовательного процесса [2]. Кроме этого, для предоставления каждому студенту возможности выбора траектории физкультурно-спортивной самореализации в среде вуза необходима информатизация; внедрение модульной системы структурирования учебного материала; использование рейтинговой оценки учебных достижений студентов и реализация метода проектов [3].

Целью исследования явилось экспериментальное обоснование эффективности использования разработанных электронных информационных ресурсов при организации учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» у студентов заочной формы обучения и формирования их физкультурной компетентности.

Методика и организация исследования. В исследовании приняли участие студенты заочной формы обучения Тюменского государственного университета нефизкультурных направлений подготовки (94 человека, из них: 63 девушки и 31 юноша, возраст обучающихся не более 29 лет), У них проводились лекционные и методико-практические занятия в объеме 10-12 аудиторных часов во время сессионного периода в течение трех лет обучения (2011-2014 г.г.). Остальные часы дисциплины реализовывались в форме самостоятельной работы и консультативной работы с преподавателем с использованием дистанционных технологий.

Результаты исследования и их обсуждение. В Тюменском государственном университете студенту предоставляется возможность на учебный год самостоятельно выбрать, исходя из своих целевых установок, уровня здоровья и двигательной подготовленности, наиболее целесообразный *«маршрут»* обучения по дисциплине «Физическая культура».

Для студентов заочной формы обучения электронные ресурсы позволяют оценить успешность их самостоятельной работы по дисциплине. Для студентов такой формы обуче-

ния используются такие электронные ресурсы как «Физкультурно-спортивное портфолио» (оценка физического развития и физической подготовленности, физкультурно-спортивной грамотности, изучение физкультурно-спортивных потребностей, мотивов и активности и др.) и электронные учебные пособия (лекционный курс и методический практикум).

Основными задачами данных электронных учебных ресурсов являются:

- формирование потребности студентов в физическом самосовершенствовании;
- формирование у студентов знаний и умений, необходимых для самостоятельной организации физкультурно-спортивной деятельности;
- повышение уровня общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студентов к будущей профессиональной деятельности на основе опыта самостоятельной организации физкультурно-спортивных занятий;
- повышение эмоционального фона студентов.

Они посещают лекционные и учебно-методические занятия, где заполняют «Физкультурно-спортивное портфолио» после проведения самодиагностики своего физического развития. Компьютерная программа дает рекомендации по коррекции текущего физического состояния. Для контроля теоретических знаний применяется электронное тестирование, подготовиться к которому можно используя электронные учебные пособия.

Для связи с преподавателем-консультантом (тьютором), оказывающим фасилитативную помощь, для студентов всех форм обучения используется различные информационные технологии коммуникативного общения. Студент по используемым в вузе электронным ресурсам (например, корпоративный портал в режиме online «Вместе» (vmeste.utmn.ru), созданный на основе облачного сервиса для совместной работы «Битрикс24», или по электронной почте в режиме offline) в любое время может задать вопрос преподавателю, прислать работу на проверку, проконсультироваться по составлению заданий индивидуальных программ физического самосовершенствования, разместить свой проект, резюме, эссе и др. Преподаватель во время часов своей консультационной работы может ответить по электронным ресурсам на интересующую студента тему, выслать задания или ссылки на нужную информацию. Также для студента предоставлена возможность общения с преподавателем с помощью *виртуальной среды совместной работы* на основе информационных технологий, разработанных на *платформе Cisko WebEx* по системе вебинара, проверка разработанных студентами реферативных работ и ежесеместровое тестирование методико-теоретических знаний по массиву модульно построенных тестовых заданий учебного материала дисциплины, реализуемых на *платформе Moodle*.

Такая физкультурно-спортивная среда расширяет границы дисциплины за счет интеграции, персонификации процесса физического воспитания, реализует возможности обратной связи в системе «педагог – студент», создает базу для сбора, обработки, хранения и использования информации для этапного, текущего и оперативного контроля состояния студента и методах его коррекции. Более того, отражение «реального и потребного состояния» в сознании студента побуждает молодых людей к активности, направленной на «построение» собственного маршрута творческого освоения физкультурно-спортивных ценностей [3].

Проведенное нами социально-педагогическое исследование показало, что в иерархии их жизненных ценностей «здоровье» занимает не ниже 3-го ранговое место, причем около 90 % опрошенных признают физическую культуру и массовый спорт действенным средством созидания и укрепления здоровья, однако лишь 27,7 % из них регулярно занимаются физкультурно-спортивной деятельностью. В тоже время физкультурно-спортивные потребности молодых людей значительно выше их реальной активности.

Большинство студентов предпочитаемой формой самостоятельных занятий физической культурой назвали секции по видам спорта, которые у девушек в основном связаны с аэробикой, спортивными танцами, тренажерным залом, у юношей – с единоборствами, ат-

летизмом и спортивными играми. Вариант отказа от физкультурно-спортивных занятий и в будущем выбрало только 3,2 % студентов (3 чел.).

Результаты, зафиксированные студентами в физкультурно-спортивном портфолио в разделе их общей физической подготовленности, показали, что к концу нашего исследования уровень общей физической подготовленности у девушек и юношей заочной формы обучения остался прежний («средний»), однако доля студентов, имеющих показатели среднего уровня, увеличилась на 3,2 % у юношей и 17,5 % у девушек (табл. 1). Доля студентов с высоким уровнем общей физической подготовленности не достоверно, но увеличилась (на 3,4 % у юношей и 1,6 % у девушек).

Таблица 1

Динамика общей физической подготовленности студентов, в %

Группы	Этап	Уровни				
		Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
юноши (n=31)	исходный	19,4	19,4	38,7	19,4	3,1
	конечный	16,1	12,9	41,9	22,6	6,5
девушки (n=63)	исходный	14,3	12,7	46,1	20,6	6,3
	конечный	6,3	6,3	63,6	15,9	7,9

Динамика физкультурной грамотности у студентов заочной формы обучения при итоговом контроле теоретических знаний показала достоверный прирост в изучаемом показателе (табл. 2). Значительный прирост в уровне владения теоретическими знаниями мы связываем с тем, что в практике школьного физкультурного образования теоретической подготовке учащихся,

Таблица 2

Динамика показателя физкультурной грамотности студентов, в баллах

X±σ/этап/уровень	ГРУППЫ	
	юноши (n=31)	девушки (n=63)
До эксперимента/уровень	28,7±4,1 низкий	33,5±4,3 низкий
После эксперимента/уровень	41,6±3,4 ниже среднего	51,4±3,8 ниже среднего
Динамика в %	**44,9**	**53,4**
Достоверность	< 0,001	< 0,001

как правило, уделяется очень мало внимания и усиление образовательной направленности в преподавании дисциплины «Физическая культура» в вузе, использование современных электронных информационных ресурсов при освоении теоретического материала, а так же организованный контроль знаний, позитивно сказались на их теоретической подготовленности.

Итоговые показатели физического здоровья студентов ЭГ-2 (заочная форма обучения) позволяют нам заключить, что в конце исследования показатели физического здоровья у юношей и девушек улучшились ($P<0,05$) как у юношей, так и у девушек и соответствуют «среднему» уровню (исходный показатель физического здоровья у юношей был «ниже среднего» уровня) (табл. 3).

Таблица 3

Динамика физического здоровья студентов, в процентах

Группы	Этап	Уровни физического здоровья				
		Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
юноши (n=31)	исходный	32,3	41,9	12,9	12,9	0
	конечный	22,6	25,8	35,5	12,9	3,2
девушки (n=63)	исходный	7,9	23,8	44,4	12,8	11,1
	конечный	4,8	15,9	57,1	9,5	12,7

Мы это связываем с тем, что студенты за период исследования стали больше уделять внимания двигательной активности в связи с изменениями в их ценностно-мотивационной сфере и повышением теоретико-методологической подготовленности, в том числе для организации самостоятельных занятий ФСД, что улучшило их показатели физического здоровья (рис. 1).

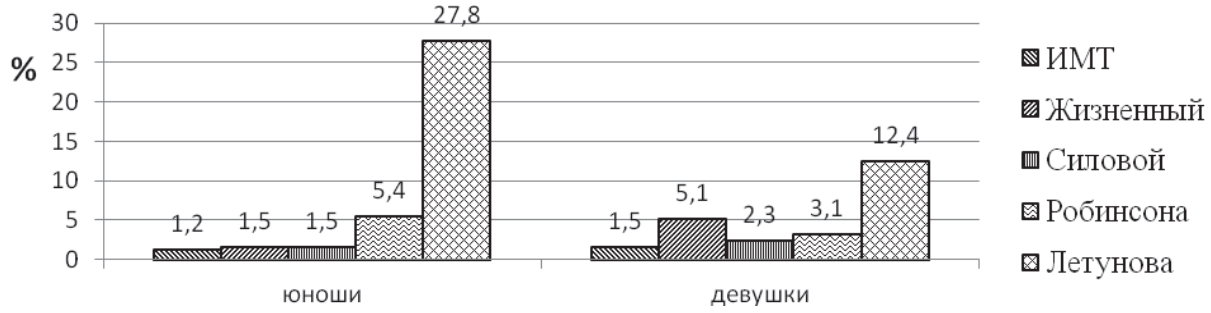


Рис. 1. Динамика прироста показателей физического здоровья (в процентах)

Выводы. Предоставленные в Тюменском государственном университет для студентов заочной формы обучения возможности осваивать дисциплину «Физическая культура» будут способствовать поддержанию и повышению интереса к оценке собственного здоровья, физической подготовленности и отслеживанию динамики этих показателей во время обучения в вузе, а затем и в дальнейшей профессиональной деятельности.

Таким образом, электронные информационно-образовательные ресурсы, используемые в учебном процессе по физическому воспитанию, позволили:

- повысить эффективность управления процессом физического воспитания;
- повысить их успеваемость через введение контроля за уровнем физкультурной компетентности как результатом обучения (мониторинг теоретической, методической и физической подготовленности);
- стимулировать физкультурное самообразование и физкультурно-спортивную активность студентов;
- осуществить оценку качества учебно-воспитательного процесса (оценка динамики результатов).

Результаты исследований позволили выявить основные *проблемные зоны* и *опорные точки* организации занятий по физической культуре для студентов заочной формы обучения нефизкультурных направлений подготовки. *Проблемными зонами* являются, во-первых, невысокое качество результатов учебно-воспитательного процесса из-за малого количества аудиторных часов; во-вторых, не отвечающая современным требованиям организация учебного процесса. *Опорными точками* – более широкое внедрение электронных ресурсов в процесс их обучения для повышения мотивации занятий физкультурно-спортивным совершенствованием, повышение значимости здоровья, физкультурно-спортивной грамотности, что будет способствовать стимулированию физкультурно-спортивной активности и вовлеченности в физкультурное самосовершенствование.

Список литературы

1. Жбанков О.В. Методология формирования информационного пространства процесса физического воспитания // Теория и практика физической культуры. 1998. № 6. С. 25-26; 39-40.
2. Манжелей И.В. Повышение эффективности физкультурного образования студентов основного отделения гуманитарных вузов на основе использования элементов самообразования. Автореф. дисс…канд.пед.наук. Тюменский государственный университет, 1999. 20 с.
3. Манжелей И.В. Метод проектов в формировании физкультурных компетенций у бакалавров // Теория и практика физической культуры. 2015. № 12. С. 16-18.

УДК: 796.015

Бородиневский Д.В., ст. преп. ТюмГУ ИФК

О МЕТОДАХ ИССЛЕДОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Тюменский государственный университет, Институт физической культуры, г. Тюмень, Россия, baradinevskiy@mail.ru

Аннотация: *в статье приводятся методы математической статистики используемые в педагогическом исследовании «мониторинг физического здоровья юных спортсменов г. Тюмени»*

Ключевые слова: *Математическая статистика, стандартное отклонение. медиана, мода, эксцесс, корреляционный анализ.*

Borodinevskij D.V.
senior lecturer at Tyumen State University the Institute of Physical Culture

ON RESEARCH METHODS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Tyumen State University, Institute of Physical Culture, Tyumen, Russia, baradinevskiy@mail.ru

Abstract: *the article presents the methods of mathematical statistics used in pedagogical research "monitoring the physical health of young athletes in the city of Tyumen"*

Key words: *Mathematical statistics, standard deviation. median, mode, kurtosis, correlation analysis.*

Изучение вопросов формирования физического здоровья молодежи, является актуальной педагогической задачей. Процесс принятия решений по его формированию и поддержанию на должном уровне требует научно-обоснованных рекомендаций, методов, методик получения и обработки информации, определения параметров и признаков первичной информации, определение основных источников информации, формирование баз данных. [1]

Анализ и обобщение научной литературы позволил определить характерные особенности существующего положения дел. Раскрыл возможности применения системного подхода к информационной системе мониторинга состояния физического здоровья спортсменов.

В настоящее время использование пакетов статистических программ позволяет проводить обработку данных с гораздо меньшими усилиями, за более короткое время.

Использование методов математической статистики дает возможность провести объективный анализ результатов педагогического, медицинского, психологического исследования и получение обоснованных рекомендаций по совершенствованию спортивной подготовки. [4]

Математическая статистика является разделом современной математики. Приведем некоторые понятия, которые применяются и будут в дальнейшем использоваться в нашей работе.

Минимум и максимум – это минимальное и максимальное значение переменной. В нашем случае: показатели физического и функционального здоровья.

Среднее – сумма значений переменной, делимое на число значений.

Дисперсия и стандартное отклонение – наиболее часто используемые меры изменчивости переменной. Дисперсия меняется от нуля до бесконечности. Крайнее значение нуль - отсутствие изменчивости, когда значения переменной постоянны.

Стандартное отклонение вычисляется как корень квадратный из дисперсии. Чем выше дисперсия или стандартное отклонение, тем сильнее разбросаны значения переменной относительно среднего. Часто стандартное отклонение – более удобная характеристика, так как измерена в тех же единицах, что и исходная величина.

Медиана – разбивает выборку на две равные части. Половина значений переменной лежит ниже медианы, половина – выше. Медиана дает более общее представление о том, где сосредоточены значения переменной.

Мода - представляет собой наиболее часто встречающееся значение переменной.

Асимметрия или коэффициент асимметрии - является мерой несимметричности распределения. Если коэффициент значительно отличается от нуля, распределение является асимметричным.

Эксцесс или коэффициент эксцесса измеряет остроту пика распределения.

Далее, кратко, приведем некоторые интересные для нашей работы виды статистических вычислений.

Корреляционный анализ – это согласованные изменения двух признаков или наибольшего количества признаков. Корреляционная связь отражает тот факт, что изменчивость одного признака находится в некотором соответствии с изменчивостью другого.

Корреляционная зависимость – это изменения, которые вносят появление некоторого значения одного признака в вероятность появления различных значений другого признака.

Оба термина – корреляционная связь и корреляционная зависимость многими трактуется как синонимы. Между тем, согласованные изменения признаков и отражающая это корреляционная связь между ними, может свидетельствовать о зависимости этих признаков от какого-то третьего признака или сочетания признаков, не рассматриваемых в исследовании. [3]

Зависимость подразумевает влияние, связь любых согласованных изменений, которые могут объясняться сотнями причин. Корреляционные связи не могут рассматриваться как свидетельство причинно-следственной связи, они свидетельствуют лишь о том, что изменения одного признака, как правило, сопутствуют определенным изменениям другого. Между тем находится ли причина изменения в одном из признаков или оказывается за пределами исследуемой пары признаков, нам не известно. [4]

Регрессия. Регресс. Категория задач, где цель состоит в том, чтобы оценивать значение непрерывной выходной переменной по значениям входных переменных.

В самом простом случае в линейной регрессионной модели имеются две переменные X и Y. И требуется по n парам наблюдений (X1, Y1), (X1, Y1) (Xn, Yn) построить (подобрать) прямую линию, которая «наилучшим образом» приближает наблюдаемые значения.

Общее значение множественной регрессии состоит в анализе связи между несколькими независимыми переменными и зависимой переменной. [5]

Иногда используется другая терминология. Зависимая переменная называется откликом, а независимые переменные – предикторами, контролируемые переменные – факторами. Эта терминология подчеркивает, что ряд переменных оказывает влияние на одну переменную – отклик.

Общая вычислительная задача, которую требуется решить при анализе методом множественной регрессии, состоит в подгонке прямой линии к некоторому набору точек.

Дисперсионный анализ – это анализ изменчивости признаков под влиянием каких-либо контролируемых переменных факторов.

Основной целью дисперсионного анализа является исследование значимости различия между средними значениями:

-вариантность, обусловленная действиями каждой из исследуемых независимых переменных;

-вариантность, обусловленная взаимодействием исследуемых независимых переменных;

-случайная вариантность, обусловленная всеми другими независимыми переменными.

В дисперсионном анализе исследователь исходит из предположения, что одни переменные могут рассматриваться как причины, а другие – как следствия. Переменные первого рода считаются факторами, а переменные второго рода результативными признаками. Таким образом, в этом отличие дисперсионного анализа от прямолинейного корреляционного анализа, в котором мы исходим из предположения, что изменения одного признака просто сопровождаются определенными изменениями другого.

Графическое изображение статистических данных. Графическое представление данных очень важно для анализа и интерпретации. Это связано с тем, что человек более 50% информации получает визуально, а данные, представленные в графическом виде, существенно упрощают восприятие и понимание. Графический образ – геометрические знаки, совокупность точек, линий, фигуры, с помощью которых изображаются статистические величины. Поле графика представляет собой пространства, в котором размещаются геометрические знаки.

Масштабные ориентиры статистического графика определяются масштабом и масштабной шкалой. Масштаб статистического графика – это мера перевода числовой величины в графическую. [3]

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Бородиневский Д. В. Общие принципы педагогического исследования. Системный подход в вопросах формирования физического здоровья / Д. В. Бородиневский // Педагогические науки. - 2014. - № 6. - С. 85-88.
2. Выгодский, М. Я. Справочник по высшей математике / М. Я. Выгодский. - Москва : АСТ : Астрель, 2010. - 703 с.
3. Годик, М.А. Спортивная метрология / М. А. Годик. — Москва : Физкультура и спорт, 1988. - 192 с.
4. Загвязинский В. И. Методология и методы психолого-педагогического исследования : учеб. пособие для студентов пед. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / В. И. Загвязинский, Р. Атаханов. - Москва : Академия, 2001. - 208 с.
5. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере: учебное пособие для ИФК / под редакцией М. П. Шестакова, Г. И. Попова. – Москва : СпортАкадемПресс, 2002. – 278 с.

УДК: 796.015

Бородиневский Д.В., ст. преп. ТюмГУ ИФК

СТАТИСТИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ДЛЯ АНАЛИЗА РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Тюменский государственный университет, Институт физической культуры, г. Тюмень, Россия, baradinevskiy@mail.ru

Аннотация: *в статье приводятся статистические данные по финансированию спортивных сооружений, инвестиций в основной капитал организаций по виду экономической деятельности: «деятельность по организации отдыха и развлечений, культуры и спорта».*

Ключевые слова: *Мониторинг физического здоровья, динамика числа спортивных сооружений, численность занимающихся, экономическая деятельность, спортивные сооружения, финансирование спорта.*

Borodinevskij D.V.
senior lecturer at Tyumen State University the Institute of Physical Culture

STATISTICS USED TO ANALYZE THE RESULTS OF MONITORING THE PHYSICAL HEALTH OF YOUNG ATHLETES

Tyumen State University, Institute of Physical Culture, Tyumen, Russia, baradinevskiy@mail.ru

Abstract: *the article presents statistical data on the financing of sports facilities, investment in fixed assets of organizations by kind of economic activity: "the organization of rest and entertainments, culture and sport."*

Key words: *Monitoring of physical health, the dynamics of the number of sports facilities, the number involved, economic activities, sports facilities, financing of sports.*

Представляем некоторые данные из материалов «Территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Тюменской области»: основные демографические показатели, основные показатели образования, основные показатели спортивных организаций и спорт сооружений, финансирование спорта, культуры и здравоохранения.

Рис.1. «Динамика числа спортивных сооружений и численность занимающихся в физкультурно-оздоровительных клубах, секциях, группах»

На рис.1 наглядно показано увеличение числа спортивных сооружений и численность занимающихся в спортивных клубах, секциях, группах в Тюменской области. Кроме того, здесь четко прослеживаются последствия проблем, которые произошли в стране в конце прошлого и начале нынешнего века. Видно время перелома негативных тенденций и начало бурного развития физкультуры и спорта - это 2006 год. [2]

Далее приведем некоторые цифры инвестиций в основной капитал организаций по виду экономической деятельности: «деятельность по организации отдыха и развлечений, культуры и спорта». Так, в Тюмени в 2008 году она составила 5002,1 млн. рублей; в 2009году – 5054,7 млн. рублей; 2010 году – 4070,7 млн. рублей; 2011 году—3020,4 млн. рублей; 2012 году – 1375,6 млн. рублей. Для сравнения, в Ханты-Мансийске, эти показатели выглядят так: 2008 год – 3819,6 млн.рублей; 2009 год – 813, 6 млн.рублей; 2010 год – 782,7 млн.рублей; 2011 год – 1894,1 млн.рублей; 2012 год – 434, 7 млн.рублей. В Салехарде: 2008 год – 543,8 млн.рублей; 2009 год – 230,8 млн.рублей; 2010 год – 347,0 млн.рублей; 2011 год – 1157,5 млн.рублей; 2012 год – 2248,0 млн.рублей. [4]

Таким образом, из представленного видно, что размеры инвестиций в основной капитал организаций по виду экономической деятельности: «деятельность по организации отдыха и развлечений, культуры и спорта» в Тюменской области и автономных округах, производятся в городах-столицах субъектов Федераций значительно выше, чем в других насе-

ленных пунктах субъектов. И если для юга Тюменской области, это объясняется разницей в количестве населения в городе Тюмени и районах области, то в Ханты-Мансийске и Салехарде, городах, которые не являются лидерами по числу населения в своих округах, причины настолько крупных инвестиций в основной капитал организаций по этому виду экономической деятельности находят свое объяснение по другим основаниям.

Кроме того, необходимо подчеркнуть некоторую дискриминацию такой важнейшей социальной отрасли, как физическая культура и спорт в материалах Территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Тюменской области. Статистика физической культуры и спорта представляется в недостаточном объеме показателей и входит составной частью в раздел «Культура, отдых, туризм» и, также, некоторые показатели можно отыскать в разделе «Здравоохранение».

Обобщая сказанное, на наш взгляд, нужно дополнить материалы Территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Тюменской области самостоятельным разделом «Физкультура и спорт». К тому же в перспективе эту работу можно связать с «Информационной системой мониторинга физического здоровья».

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Бородиневский Д.В. Динамика изменения силового индекса юных спортсменов / Д. В. Бородиневский // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. - 2015. - № 4. - С. 29-33.
2. Бородиневский Д.В. Общие принципы педагогического исследования. Системный подход в вопросах формирования физического здоровья / Д. В. Бородиневский // Педагогические науки. - 2014. - № 6. - С. 85-88.
3. Бородиневский Д.В. Оценка жизненной емкости легких по результатам мониторинга физического и функционального состояния юных спортсменов г. Тюмени / Д. В. Бородиневский // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. - 2015. - № 4. - С. 33-36.
4. Тюмень : прошлое и настоящее в цифрах (к 425-летию образования города) : Стат. сб. / Территориальный орган Федеральной службы государственной статистики по Тюменской области. – Тюмень, 2011. – 408 с.
5. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере: учебное пособие для ИФК / под редакцией М. П. Шестакова, Г. И. Попова. – Москва : СпортАкадемПресс, 2002. – 278 с.

УДК 37.02

Л.П. Додонова, к.б.н., доцент

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ПРИНЦИП, ФАКТОРЫ И УСЛОВИЕ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

ГАУ ДПО НСО «Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования», г. Новосибирск, Россия, lp_dodonova@mail.ru

***Аннотация**: В статье аргументировано с позиций энергетической концепции естествознания, что качество самодействия является дидактическим принципом и первым условием развития человека. Выведена новая ключевая цель физической культуры, отражающая важнейший признак человека. Методико-практический аспект новой формулировки цели в том, что она объясняет любому человеку смысл занятий физическими упражнениями «здесь и сейчас». Решение данной цели не ограничивают какие-либо признаки (возраст (от дошкольного до «третьего»), пол, конституция, др.), поэтому она является долговременной для каждого человека на всех уровнях организации образования («детский сад – школа – вуз – непрерывное образование»).*

***Ключевые слова**: принцип самодействия, факторы развития, новая формулировка цели.*

L. Dodonova, c. b. s., reader

UNIVERSAL PRINCIPLE, FACTORS AND CONDITION FOR THE HUMAN DEVELOPMENT

Novosibirsk Institute of Training and Further Training of Specialists in Education, Novosibirsk, Russian, lp_dodonova@mail.ru

***Abstract:** From the standpoint of energy concepts of natural science the article argued that the quality of the self-action is a didactic principle and the first condition for the human development. Was derived a*

new key idea of the physical culture that reflects the most important sign of the human. Methodological and practical aspect of a new statement of the idea is that it can explain anyone the meaning of the physical exercises «here and now». The solution of this idea doesn't restrict any signs: age from preschool to «third age», sex, body type, etc., and that is why it is durable for everyone at all levels of organization of education (kindergarten, school, university and «permanent education»).

Keywords: *the principle of the self-action, factors of development, a new statement of the purpose.*

Известное нам знание относительно и отражает определенную ступень познания Бытия. Актуальной признана проблема развития человека, и для оптимального развития растущего человека надо выявить пути, принципы, условия, перспективы преобразования системы образования страны [10]. Ученые указывают на необходимость социокультурной модернизации любого субъекта развития [2]. Сказанное определило поиск областей решения проблемы развития человека (ПРЧ) и нижеследующую цель.

Цель исследования – аргументировать принцип, факторы и условие как основные внутренние силы саморазвития человека на всех уровнях системы образования страны («детский сад – школа – вуз – непрерывное образование»).

Результаты исследования и их обсуждение. В последние годы выросла динамика и усложнилась социальная жизнь: темп развития социума определяет смены направления и характера деятельности людей; они множат объем переживаний, смятение и сомнения, потерю уверенности в правильности и необходимости выполнять конкретную работу или «старательное» обучение в школе и вузе. В статьях пишут о депрессивном состоянии психики у части молодежи и взрослых [13]. В таких условиях сознание человека должно успевать за этими изменениями, тогда как в реальной жизни многих людей зачастую этого не происходит: большая часть взрослых живет прошлым, а немалая часть молодежи погружена в мир иллюзий интернета, вовлечена в механизацию, техницизм и другое.

Известно, что время как фундаментальное понятие характеризует любой процесс развития, в том числе развитие человека. Время в современном естествознании трактуют как фактор изменения, развития [12, с.7]. Но примеры показывают, что в условиях интенсификации жизни самой большой потерей в общественном сознании наших граждан является утрата чувства невосполнимости времени [1, с.87]. Учет фактора времени актуален и для педагогики в связи со следующим. Приведем лишь некоторые формы растраты времени и сил людей (их энергии). Это и иллюзия многих родителей о том, что главное воспитание и развитие дети получат в школе, и многолетняя перегрузка педагогов (в детских садах и школах) «бумажной» работой, не входящей в их функциональные обязанности. Это и консерватизм в науке, путь которой в человекознании не выходит за пределы метода расчленения в рамках конкретно-научного подхода и порождает "капельные исследования", которые «не дают четкой картины современного нам мира во всей широте и глубине его понимания» [10]. Наконец, это и отсутствие в обществе четкого понимания, какое общество мы строим (общество потребления или у человека есть более благородные цели жизни). Это также и отсутствие идей, идеалов и указаний, направляющих непрерывный поток всей социальной жизни; настоящее время отличается потрясением нравственности, что приводит к разобщению народа, трате энергии на недостойные цели, конфликты и бесследному исчезновению энергии людей, и в ответ в обществе накапливается энтропия. Еще пример из будней современной школы. Многие школы, да и детские сады имеют компьютеры, и информационно-компьютерная грамотность сегодня трактуется как приоритет практического образования. Но быстрая компьютеризация социума и школ в течение пятнадцати-двадцати последних лет привела к «неожиданному» результату – 93% «подростков постоянно не просто пользуются, но, по сути, живут в Сети», у них формируется «клиповое» мышление, растет интернет-зависимость и другие изменения личности [10].

В связи с последним, отметим, что современная молодежь активно вовлечена в процесс эксплуатации техники, в том числе компьютерной, которая повышает скорость перемещения и общения. То есть в условиях высокой динамики жизни молодежь полагает, что

может воспользоваться всеми преимуществами, созданными предыдущими поколениями, без особого усилия с их стороны, и поэтому не стоит «особо напрягаться» в учебном процессе. Но тут-то любой человек и совершает серьезную ошибку, ибо, уповая на чужие усилия, он упускает время, которое есть фактор развития, и пренебрегает развитием своих способностей, которые единственно поднимут его выше «середничка». Результатами такой позиции (многих людей) являются иллюзии во внутреннем мире, умственная и телесная лень, самообольщение и планы, которым не суждено сбыться как не отвечающим реальности. Шаткость данной позиции может быть изменена с помощью применения правильных методов воспитания и обучения молодежи. Пока же в социуме развивается явление несовершенства на принципе легкомыслия.

Итак, в обществе не принято значение времени для развития ребенка, многие родители не смотрят в даль будущего (ребенка и своего), и сознание копошится в непосредственной близости. При этом многие педагоги трактуют свою профессиональную деятельность через призму личных интересов; это наблюдение доказывают и «противоречия между имеющейся потребностью в быстром развитии школы и неумением педагогов ее реализовать» [8, с.188]. Проблемы самореализации и саморазвития человека активно разрабатываются и по данной проблематике защищены сотни диссертаций [7], но качество образования пока остается на недостаточном уровне.

Вместе с тем известно, что эффективное воспитание и обучение детского населения ограничено длительностью прогрессивного этапа онтогенеза: в это время эффективность влияния взрослых связана с краткостью сенситивных периодов, в течение которых определенные внешние воздействия оказываются наиболее благотворными для развития известных психофизических свойств ребенка. В эти периоды возможны максимальные темпы развития свойств, качеств ребенка, особенно в течение первого и второго детства (до десяти лет). Также известно, что стереотипы поведения формируются в первые пятнадцать лет жизни ребенка, и позже преодолеть их уже непросто. То есть, чем раньше, тем эффективнее воспитание. Отметим и то, что сегодня модель жизни ребенка формируется в искусственных условиях урбанизма и техницизма, и эта модель как некий образец механически распространена и в городе, и в селе. Дополним, идущее время намного сложнее прошлого, и приобретает иное значение, сопряженное с глобальными изменениями в биосфере и ее эволюцией, поэтому человек, общество свое будущее должны соотносить с явлениями природы.

Вывод (1): в основе потерь времени и энергии, сил народа лежит слабая осознанность значения и времени, и своих способностей для жизни, и низкий уровень самоорганизации и самоуправления. В связи с масштабностью ПРЧ педагогика не должна представлять собой коллекцию моральных истин и отвлеченной этики, излагаемую в диссертациях, часто отражающих личные интересы и социальный статус многих авторов. Педагогику нужно сделать природосообразной, и следовательно она должна найти объективное выражение своих основ в непреложных законах природы во всеобъемлющем потоке жизни и ее эволюции, частью которой является человек, человечество.

Отсюда следуют методические аспекты: а) знание краткости сроков сенситивных периодов определяет их значение для развития ребенка и высокие требования к профессионализму педагогов, особенно работающих с детьми в возрасте до 10 лет; б) эффективное использование времени прогрессивного этапа для своевременного развития психофизических свойств детей есть один из рычагов повышения качества образования, а в перспективе – социального прогресса, повышения качества жизни народа и реноме страны.

В результате, ускорение различных процессов требует новых научных подходов, поэтому надо создавать нарастающий ритм правильного накопления знаний, не расходящихся с непреложными законами природы.

Явление жизни человека определяют как краеугольный вопрос бытия. Доказано [4], что ПРЧ не сводится к сумме частных задач, и живой человек как целостный объект иссле-

дования выявляет принципиально новые свойства или возможности (эмерджентность) и на разных стадиях антропогенеза, и на этапах онтогенеза; наиболее наглядно различные свойства человека последовательно выявляются на прогрессивном этапе онтогенеза: сначала – телесные, затем – психо-духовные. С помощью системно-структурного подхода мы обосновали теоретико-методологическую систему междисциплинарного знания о человеке как целом, и выразили идею центрической модели человека как целого разными научными способами (категорией, гипотезой, моделью). Эту систему описывает «категориальная матрица», выступающая основанием природосообразной педагогики. Модернизирован смысл категории «пространство» применительно к пространственным признакам человека, который позволяет выделить три плана человеческой эволюции: физической, психической и духовной. В силу этого критерием развития становится внутренний человек, его духовность. Отсюда следует значение этой матрицы: она расширяет и углубляет прежние понятия педагогики, которые ограничивают педагогическое познание и не отвечают настоящему и будущему времени, и логически непротиворечиво совмещает понятийные аппараты естествознания и гуманитарных наук. Новизна методологического подхода данного исследования заключается в согласовании педагогического познания и современного понимания идеи саморазвивающейся материи, биоматерии (психосоциобиосистем различных масштабов: от человека до человечества).

В нашем междисциплинарном исследовании также учтено, что основным свойством человека является разумность. Выдвинута гипотеза, объясняющая сознание человека главным фактором развития путем преобразования им своих различных качеств, свойств [6]. Другими словами, эта гипотеза объясняет каким образом необходимо решать проблему/цель развития человека: опираясь на свое основное качество (разумность) человек способен преобразовывать свои внутренние качества и характер и обеспечивать долговременное поступательное развитие. Достигнутое переосмысление ранее полученных знаний согласуется с теорией изменяемости путем самосовершенствования.

Кроме того, в исследовании мы разрабатываем понятие «энергия», описывающее сущностные признаки каждой психобиосистемы. Обосновано, что энергия человека обусловливает внутренний путь, движущие силы и источник развития человека [5]. Другими словами, с позиций энергетической концепции естествознания автором обосновано, что труд есть основа жизни и преуспеяние духа, труд есть главная форма активности, метод и основной фактор воспитания и развития человека. Из этого обобщения на уровне «всеобщего» выведены положения, в их числе положение (1) : человек должен быть вечным учеником в течение всей своей жизни, тогда путь совершенствования на основе самопознания может дать лучшие результаты при использовании универсального критерия гармонии для самооценки (и внешней оценки) деятельности на разных уровнях (человека, группы людей, т.д.). Иначе говоря, доказана объективность тезиса о значении труда и обоснована его полезность для развития человека на основе общепринятого в естествознании научного факта («энергия воедино связывает все явления природы» [9, с.1558]), допускающего проверку на достоверность. Данная аргументация обеспечивает выход за рамки традиционных педагогических трактовок и понятия «деятельность», и объекта исследования (здесь человека как целое и его развитие). В исследовании также учтено, что энергия (ее разные виды и формы) «подарена» человеку природой, она имеет значение основы и правдивого основания жизнедеятельности каждого человека во все времена, поэтому она есть единое основание развития всех людей.

Вывод (2): аргументировано, что широко понимаемый процесс труда (физического и умственного) имеет вневременное значение для развития телесности и различных энергий человека , поэтому с точки зрения бытия труд самодавлеющий необходим, так как без него человечество существовать не может, и нет достижений без трудов и усилий, поэтому народы строят свою судьбу с опорой на самодействия. Формирование телесности большинства детей ныне происходит в условиях урбанизма и техницизма, резко ограничивающих объем

двигательной активности и разнообразие двигательных действий, необходимых для оптимального развития психофизических свойств, качеств детей на прогрессивном этапе. Авторское толкование понятия «физическая культура человека», выведенное как видовое [5], операционально связано с предельной категорий «духо-материя (физическое тело человека)». Из категории мы выводим новую трактовку цели физической культуры – человек должен овладеть своим телом, по сути, энергиями, неотделимыми от его телесности и хранящимися в «человеческом аппарате» и подчиняющимися его воле путем самосовершенствования. Новая формула отличается от традиционной цели, содержащейся в программах физического воспитания следующим. Например, новая цель каждому ребенку объясняет, зачем он должен сотрудничать с самим собой, она дает ему четкий адрес, куда направлены его действия и понимание значения упражнений. Этим новая формула снимает противоречие во внутреннем мире ребенка, которое в следующем. На этапе первого и второго детства ребенок интуитивно чувствует потребность самодействий под давлением силы закона кинезофилии, и он подчиняется ему через проявление своей активности; на этом этапе это преимущественно двигательная (достигающая своего максимума к 9-ти годам) , а не умственная деятельность, поэтому в данном возрасте у детей нет проблемы мотивации к занятиям физической культурой. Но звучание традиционной формулировки цели (повысить двигательную активность, укрепить здоровье и др., [11]) вводит ребенка в заблуждение, нарушает, «раздваивает» его ощущения и мысли; последние часто расходятся с указаниями педагога, которые ребенок рассматривает как ограничение свободы его самодействий. Еще пример: новая цель побуждает ребенка к самодействию и активизирует его внутренние, по сути, причинные силы, в итоге определяющие двигательные навыки и развитие психофизических способностей. Логика выражения традиционной цели отражает следственные признаки или результаты (крепкое здоровье и др.) и закрепляет в мышлении ребенка малую полезность этих занятий, так как большинство детей (1 и 2 групп здоровья) не считают, что здоровье главное для них «здесь и сейчас». Дополним, применение новой цели не ограничивают какие-либо признаки [возраст (от дошкольного до «третьего»), пол, конституция, др.] , поэтому она является долговременной для каждого человека в течение всей жизни.

Новое понимание и формулирование цели ФКиС имеет принципиальное значение для развития человека и его будущего, так как его самодействия (физические и умственные) и их качество сопряжены с процессами самоорганизации, саморазвития и самоуправления человека.

Вывод (3): обосновано, что самодействия нужно понять с позиций энергетической концепции естествознания; в этом случае широкая трактовка понятия «труд» как основа жизни и преуспеяния духа согласуется с пониманием труда как главной формы активности на уровне бытия и объясняет его как основной фактор и метод воспитания и развития. Из непреложного закона противоположностей выведен универсальный принцип «изнутри наружу», который свойствен всем биосистемам, в том числе и человеку [3]. Его основное значение как принципа движения, создающегося на энергетической основе (греч. energeia – действие, деятельность), в побуждении к самодействиям. Другими словами, важно значение, а не форма, поэтому самодействия важнее всего. Учитываем и то, что размышление, толкование и диалог также побуждают к самодействиям. Отсюда следует истинность положения (2): самодействия (телесные и умственные) есть самоначалие.

Правильность выводов (1,2,3) подтверждает факт выявления каждым ребенком ценного качества самодействия (или меры готовности к действию), которое он проявляет через формулу «я сам» в раннем возрасте. Отсюда ясно, что только самодействия человека позволяют ему овладеть источником своих внутренних сил (различных энергий), поэтому качество самодействия также есть универсальный принцип и первое условие развития каждого человека. Это согласуется с известным фактом, что эффективность развития в детстве обусловлена степенью крепости тела. Значение этого качества подтверждают и критерии оценки психофизического развития и его динамики, применяемые в педиатрии.

Итак, с позиций энергетической концепции аргументировано, что первой ступенью психофизического развития каждого ребенка является овладение телесностью и степенью сознания. Ввиду сказанного принцип самодействия приобретает статус дидактического принципа. Обоснование данного принципа распространяется на любого человека, в том числе на всех участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, их родителей), поскольку в его основе лежит энергия разных форм и видов, «подаренная» человеку природой, поэтому принцип самодействия выступает как универсальный дидактический принцип.

В итоге выводим методико-практические аспекты воспитания и обучения: при формировании качества самодействия надо использовать разные системы, подходы, методы, средства и условия в последовательности влечения обучающихся, чтобы дети накапливали опыт и восполняли наиболее ближние для них качества, которые они воспринимают «здесь и сейчас» . Объясняем это тем, что последствие уклонения от существа устремления ребенка даст нарушение природных основ энергообмена, тогда как самодействия должны сопровождаться его проявлением на всех уровнях сложной морфофункционально-энергетической психобиосистемы человека. В силу этого социально-педагогическая гибкость самодействий педагога, его методика/технология должна постоянно корректироваться с учетом ненасилия воли детей с помощью естественного вовлечения в процесс образования по их особенностям в широком диапазоне применяемых упражнений.

Данные теоретико-практические обоснования адекватны для всех уровней образования («детский сад – школа – вуз – непрерывное образование»).

Библиографический список

1. Абдеев Р.Ф.Философия информационной цивилизации: Учебное пособие. М.:ВЛАДОС,1994. 336 с.
2. Вербицкая Л.А. Ориентировать образование России в будущее // Профессиональное образование. 2013. № 12. С. 2–6.
3. Додонова Л.П. Закон противоположностей как основа взаимодействия и развития биосоциальных систем // Современная онтология - III: Категория взаимодействия. Материалы междун. науч. конф. «Современная онтология – III: категория взаимодействия». – СПб.: Издательский дом С.-Петерб. ун-та, 2009. С. 371–379.
4. Додонова Л.П. Проблема представления человека как целого и ее междисциплинарное решение // Ценности и смыслы, 2016. № 2 (42). С. 36–53.
5. Додонова Л.П. Труд как метод и главный фактор развития и воспитания человека // Теория и практика физической культуры. 2014. № 3. С. 100–104.
6. Додонова Л.П. Философско-методологические аспекты природосообразной педагогики // Теория и практика физической культуры. 2013. № 11. С. 94–99.
7. Единый электронный каталог РГБ // http:www.rsl.ru/ru/s97/s339
8. Сластенин В.А., Подымова Л.С. Педагогика: инновационная деятельность. М.: ИЧП «Издательство Магистр», 1997. 224 с.
9. Советский энциклопедический словарь. /Гл. ред. А.М. Прохоров. 4-е изд. М.: Сов. энциклопедия, 1988. 1600 с
10. Фельдштейн Д.И. Проблемы психолого-педагогических наук в пространственно-временной ситуации XXI века // Сибирский учитель. 2013. № 1 (86). С. 5–17.
11. Физическая культура. 10-11 классы : учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич; Под ред. В.И. Ляха. 7-е изд. М.: Просвещение, 2012. 237 с.
12. Шугрин С.М. Космическая организованность биосферы и ноосферы. Новосибирск: Сиб. предприятие РАН «Наука», 1999. 496 с.
13. Штемберг А.С. Социальный стресс и психологическое состояние населения России. Часть 2.1. Россия на рубеже XX и XXI вв.: суициды как основной индикатор и последствие социально-психологического кризиса общества // Пространство и Время, 2014. №3 (17). С. 209–219.

УДК 37.04

А.А. Однорог, старший преподаватель

САМОДЕЙСТВИЯ СТУДЕНТОВ СМГ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ

ГОУ ВПО «Новосибирский государственный технический университет», г. Новосибирск, Россия, Od-norog11@yandex.ru

***Аннотация**: Показана доля студентов специальной медицинской группы, участвовавших в тесте на выносливость. Определены: а) уровни развития выносливости обследованных; б) отношения студентов специальной медицинской группы к физкультурно-оздоровительным занятиям и их взаимодействию с педагогом в процессе физического воспитания в техническом вузе. Установлен низкий уровень готовности к самодействиям в ходе физического воспитания у большинства студентов специальной медицинской группы.*

***Ключевые слова**: студенты специальной медицинской группы, самодействие.*

A. Odnorog, senior lecturer

THE SELF ACTION OF THE STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUP IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION IN UNIVERSITY

«Novosibirsk state technical university», Novosibirsk, Russia, e-mail: Odnorog11@yandex.ru

***Annotation:** Was shown the part of students of special medical group participated in endurance test. Was defined: a) the levels of development of endurance of examined; b) attitude of students of special medical group to the sports and fitness exercises and their interaction with the teacher in the process of physical training in technical universities. Was determined low level of readiness to the self-action in the course of physical education for most students of special medical group.*

***Keywords:** students of the special medical group, the self-action.*

Проблема физической подготовленности (ФП) современных студентов, в том числе отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ), является актуальной. Общеизвестна взаимосвязанность физической подготовленности и состояния здоровья. Также известно, что большая учебная нагрузка отрицательно воздействует на организм молодых людей. Так, в период обучения в вузе у студентов часто выявляют отрицательную динамику функциональных показателей организма, рост заболеваемости по мере перехода от младших курсов к старшим, снижение физической подготовленности и уровня здоровья. Тенденцию ухудшения физического здоровья студентов объясняют сниженной адаптацией к специфическим нагрузкам, она распределяется и на студентов, отнесенных к СМГ. Сказанное определило задачу исследования.

Задача исследования - выявить меру самодействий студентов СМГ в процессе физического воспитания (ФВ) в условиях технического вуза.

Методы и организация исследования: анализ научно-методической литературы, документов и медицинских карт; психолого-педагогическое наблюдение; педагогическое тестирование; общепедагогические методы (опрос, беседа, анкетирование). Организация и проведение занятий ФВ в НГТУ для студентов СМГ осуществлялось в объёме 8 часов в 2 недели согласно содержанию рабочей программы [1]. Педагогическое тестирование включало измерение выносливости (тест Купера (бег, ходьба) за 12 мин). За период 2014 по 2016гг. обследованы студенты 1-2 курсов СМГ, которые были разделены на контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ) группы, в количестве 203 человека (КГ-158 чел., ЭГ- 45 чел.). Проведено анкетирование с целью изучения отношения и мотивации студентов к занятиям физической культурой (ФК), выявления сферы желаний в самовыражении, определения места ФК в жизни современного студента и его отношения к педагогу. Учтены рекомендации психологического тестирования [2]. В опросе участвовали студенты 1-2 курсов СМГ НГТУ. Анкета состояла из 12 вопросов, содержащих 93 варианта ответов. Испытуемые самостоятельно определяли свое отношение к занятиям ФК. Для анализа вопросы анкеты сгруппированы по содержанию, направленному на выяснение соотношения аспектов

этого процесса. Часть вопросов (А) посвящена выявлению самодействий студентов, в том числе участию в соревнованиях; часть (Б) – определению отношения студентов к образовательным услугам, предоставляемых вузом (материально-техническая база, инвентарь, оборудование, виды физкультурной деятельности, др.); часть (В) – выявлению мотивов студентов к занятиям и потребностям в двигательной активности; часть (Г) – отношения к педагогу, профессорско-преподавательскому составу.

Результаты исследования и их обсуждение. Проанализированы результаты самодействий студентов по следующим показателям: а) участие (по желанию) в тесте на выносливость; б) результаты анкетирования.

Анализ и оценка данных обследования студентов СМГ выявили следующее. Самодействие студентов, выраженное в добровольном участии в тесте на выносливость, представлено в таблице 1.

Таблица 1. Доля студентов, участвовавших в тестировании (%)

	2014-2015 уч. год		2015-2016 уч. год	
	осень	весна	осень	весна
КГ	10,8	3,6	17,2	30,4
ЭГ	33,9	7,1	29,6	20,0

Данные показывают, что в ЭГ оказалось большее число студентов, пожелавших участвовать в тесте Купера, чем в КГ; в течение двух лет обучения (на 1 и 2 курсах) эта тенденция сохранялась в трех из четырех семестров. Объясняем эти данные осознанным выбором данного вида самодействий студентами ЭГ, поскольку экспериментальная методика содержит задачу просвещения по вопросам здорового образа жизни; студенты КГ в большей мере были мотивированы задачей получения зачета по предмету.

Анализ данных теста на выносливость (Купер, 12 мин.) показал колебания оценок в диапазоне от “очень плохо” до “удовлетворительно” как в КГ, так и в ЭГ. Это свидетельствует, что практически все студенты СМГ имеют низкий уровень выносливости, что согласуется с уровнем их соматического здоровья.

Данные анкетирования представлены в таблице 2, их анализ и оценка показали нижеследующее.

Таблица 2. Результаты анкетирования студентов СМГ

пол	Курс	кол-во студентов	аспекты				Сумма, %
			внутренние		внешние		
			А, %	В, %	Б, %	Г, %	
Юноши	1	9	0,5	0,9	0,6	0,9	2,9
	2	19	1,1	1,3	1,2	1,7	5,3
Сумма, %		28	1,6	2,2	1,8	2,6	8,2
Девушки	1	12	0,8	0,8	0,8	0,9	3,3
	2	29	1,4	2,3	1,9	2,9	8,5
Сумма, %		41	2,2	3,1	2,7	3,8	11,8
Всего, %		69	3,8	5,3	4,5	6,4	20,0
Соотношение аспектов			9,1		10,9		20,0

Изучение данных анкетирования выявило (табл. 2.), что в отношении студентов к занятиям ФК доминирует внешняя направленность и снижена величина внутреннего аспекта; последний отражает низкую осознанность значения ФК, мотивацию, самостоятельную двигательную активность и другое. При этом и юноши, и девушки 1-го и 2-го курсов одинаково считают, что в процессе ФВ главным является внешний аспект (их требования к состоянию материально-технической базы, удобству расписания, комфорту в связи с климатическими условиями, др.). Кроме того, самые высокие требования все обследованные студенты предъявляют к педагогу (его внешнему виду, квалификации, готовности оказать «образова-

тельные услуги», др.). Другими словами, результаты анкетирования показывают, что ответственность студенты перекладывают на внешние условия и преподавателей кафедры ФВ, выражают неудовлетворенность материальной базой, сеткой расписания и другими условиями и требованиями; они не считают нужным прилагать особые усилия со своей стороны и не стоит «напрягаться» в процессе ФВ.

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о том, что у студентов СМГ не сформирована осознанность значения ФК для их здоровья и большинство из них показывают низкий уровень готовности самодействий для развития своих способностей. Отсюда следуют задачи, преемственные для ФВ детского населения: 1) формирования качества самодействия и 2) повышения уровня осознанности значения ФВ для своевременного и эффективного развития психофизических способностей, которые необходимо решать на ступенях образования «школа - вуз». Этот вывод определяет задачу смещения акцентов в методике ФВ, реализуемого на этих уровнях образования.

Литература

1. Рабочие программы учебных отделений кафедры физического воспитания НГТУ по дисциплине «Физическая культура». Новосибирск, 2007. 238 с.
2. Практикум по общей и экспериментальной психологии. Учеб. Пособие / В.Д.Балин, В.К. Гайда, В.А. Гензен и др.; Под общей ред. А.А.Крылова. – Л.; Изд-во Ленингр. ун-та, 1987. 255 с.

УДК 796.011.3

Богацкой А.Д., ст. тренер - преподаватель по спорту ЦОФК

ЛИЧНОСТНЫЙ ОПЫТ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

Тюменский государственный университет, Россия, г. Тюмень, Abogackoy@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема физического воспитания студентов с ослабленным здоровьем через построение физкультурно-оздоровительной среды вуза, отличительными особенностями которой являются информатизация, дифференциация, персонификация и интеграция учебной и внеучебной работы. Предлагается компьютерная программа, позволяющая студентам выстраивать индивидуальный физкультурно-оздоровительный маршрут через актуализацию личностных смыслов и освоение личностного опыта физкультурно-оздоровительной деятельности.

Ключевые слова: компетентностный подход, физическое воспитание, специальная медицинская группа, опыт физкультурно-оздоровительной деятельности, личностные смыслы, информатизация.

A. Bogatskoy, head coach-a teacher at the sport of Center Physical Culture

PERSONAL EXPERIENCE OF SPORTS AND RECREATIONAL ACTIVITIES STUDENTS SPECIAL MEDICAL GROUP

Tyumen State University, Tyumen, Russia, Abogackoy@mail.ru

Key words: competence approach, physical education, special medical group experience sports and recreational activities, personal meanings, informatization.

Annotation. The problem of physical training of students with the weakened health through the construction of sports and recreational environment of the university, which are distinctive features of informatization, differentiation, personalization and integration of academic and extracurricular activities. It provided a computer program that allows students to build personalized fitness route through the actualization of personal meanings and the development of personal experience of sports and recreational activities.

Введение. В последнее десятилетие усугубляется тенденция снижения уровня здоровья студенческой молодежи, как во всем мире, так и в нашей стране. Несомненным доказа-

тельством тому является увеличение числа студентов с различными отклонениями в состоянии здоровья, направляемых для занятий по физическому воспитанию в специальные медицинские группы (СМГ) (Г.К. Зайцев, Л.М. Волкова, В.Ю. Волков, М.Я. Виленский).

Сложившаяся в вузе система физического воспитания студентов с ослабленным здоровьем, ориентирована в основном на использование ограниченного комплекса средств и методов физической культуры и спорта, а главное недостаточно учитывает интересы и потребности студентов, что не способствует формированию у них мотивационно-ценностных установок и опыта физкультурно-оздоровительной деятельности [7]**.** Однако согласно образовательному стандарту третьего поколения, разработанному на основе компетентностного подхода, все студенты к окончанию обучения должны обладать такой общекультурной компетентностью как «способность использовать средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности».

В исследованиях Манжелей И.В. доказано, что при формировании физкультурных компетенций максимум внимания необходимо уделять организации различного рода практик и физкультурно-спортивных сред [7].

В работах Лубышевой Л.И. и Загревской А.И. представлен кинезеологический подход к формированию физкультурных компетенций через интеграцию физического и психического развития студентов непрофильных вузов [4,5].

Цель исследования: выявить особенности ценностно-смысловой сферы студентов с ослабленным здоровьем, разработать и экспериментально обосновать средства, методы и педагогические условия физического воспитания студентов специальных медицинских групп, позволяющие повысить его эффективность.

Исследование было организовано в Тюменском государственном университете в 2010-2016 гг. с привлечением более 1000 студенток специальной медицинской группы. В ходе опытной работы (линейный и параллельный эксперименты) были изучены смысложизненные ориентации по Д.А. Леонтьеву и мотивационно-личностная сфера студентов по Е.Б. Фанталовой, потребности и реальная активность студентов в физкультурно-оздоровительной деятельности по модифицированной методике В.И. Тропникова, В.А. Ядова, осуществлялась экспресс оценка соматического здоровья по Г.А. Апанасенко.

Результаты исследования и их обсуждение. Результаты тестирования смысложизненных ориентаций по Д.А. Леонтьеву показали, что, у 15,9% девушек 1 курса не сформированы осознанные жизненные цели, 62,3%-имеют жизненные цели, но они недостаточно осмысленны и размыты, 21,7% имеют четкие и осмысленные цели в жизни, направленные на временную перспективу. Изучение эмоциональной насыщенности жизни показало, что 18,8% девушек оценивают свой образ жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, 65,2% студенток устраивает существующий образ жизни, 15,9% - не удовлетворены своим образом жизни. Исследование промежуточных достижений (результативности) жизни выявило что: 24,6% девушек считает, что прожитая часть их жизни была продуктивна и осмысленна, 65,2% девушек удовлетворены самореализацией, 10,1% девушек не удовлетворены прожитой частью жизни. Определение локус контроля – Я показало, что 33,3% девушек считают себя сильной личностью, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами и представлениями о ее смысле, 59,4% девушек считают свою жизнь управляемой, 7,2% девушек не верят в свои силы контролировать события собственной жизни. Показатель общего уровня осмысленности жизни соответствовал низкому уровню у 37,6% девушек, среднему уровню у 50,8% девушек, и низкому уровню у 11,6% девушек.

Результаты исследования значимости ценностей по Е.Б. Фанталовой показали, что доминирующими ценностями у девушек являются: – «счастливая семейная жизнь», «любовь», «здоровье». В меньшей мере значимы ценности – «активная, деятельная жизнь», «творчество», «красота природы и искусства».

По доступности, ведущими ценностями стали: – «познание», «уверенность в себе», «наличие хороших и верных друзей». Наименее доступными ценностями, по мнению девушек: «материально обеспеченная жизнь», «красота природы и искусство», «здоровье».

Анализ рассогласования, дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере, выявил соответствие его: низкому уровню у 39,2% девушек, среднему уровню у 42% девушек, высокому уровню у 18,8% девушек. Изучение дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере показало, что большинство результатов соответствуют нейтральной зоне, наиболее близкие результаты к внутреннему вакууму выявлены по ценностям «активная, деятельная жизнь», «красота природы и искусство», «творчество». Результаты наиболее близкие к внешнему конфликту выявлены по ценностям: «здоровье», «счастливая семейная жизнь» (рис 1). Эти данные были положены в основу преобразований.

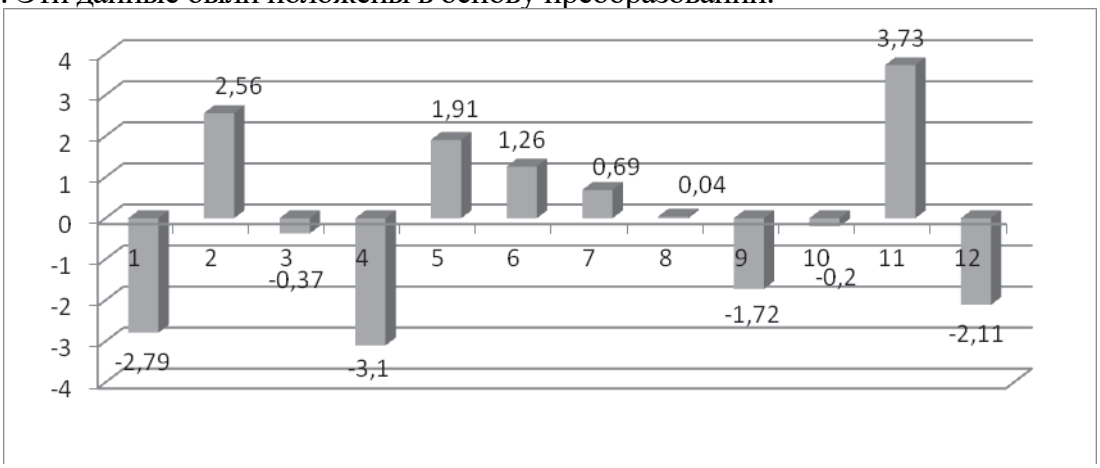


Рисунок 1. Показатели дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере

(1-активная, деятельная жизнь;2- здоровье (физическое и психическое здоровье); 3 - интересная работа; 4- красота природы и искусство; 5 - любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком); 6 - материально-обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений); 7 - Наличие хороших и верных друзей; 8 - Уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений); 9 - познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры,); 10 - свобода как независимость в поступках и действиях; 11 - счастливая семейная жизнь; 12 - творчество (возможность творческой деятельности)).

Личностный опыт физкультурно-оздоровительной деятельности мы понимаем как процесс и результат ее практического освоения и выполнения, опирающийся на приобретенные знаний и умения, а также сформированное отношение к данной деятельности, ориентированной на самосовершенствование

Для формирования физкультурных компетенций и личностного опыта физкультурно-оздоровительной деятельности у студентов с ослабленным здоровьем в университете была построена физкультурно-оздоровительная среда (ФОС), насыщенная электронными информационно-образовательными ресурсами и практико-ориентированными микросредами [7,8]. Отличительными особенностями ФОС стали информатизация, дифференциация, персонификация и интеграция учебной и внеучебной работы.

Одним из элементов информатизации стала компьютерная программа «Маршрут здоровья» [3], направленная на обучение студентов специальной медицинской группы методам самодиагностики и коррекции состояния здоровья через актуализацию личностных смыслов физкультурно-оздоровительной деятельности, дифференциацию направленности и объема физических нагрузок в зависимости от диагноза заболеваний. Для её создания использовалась программа Delphi 2006. Авторы разработчики Богацкой А.Д., Кугаевских А.В.

Основными функциями программы являются - мониторинг физического состояния студентов на основе экспресс-оценки уровня соматического здоровья Г.Л. Апанасенко, и построение индивидуального физкультурно-оздоровительного маршрута на основе результатов мониторинга с учетом ограничений в состоянии здоровья, за счет сопоставления реального «Я-физического» с идеальным и предоставление возможностей включения в значимые виды физкультурно-оздоровительной деятельности. На учебных занятиях студентки

занимались самодиагностикой и коррекцией своего физического состояния, приобретали опыт проведения «вводной» и «заключительной» части занятия, опыт составления самостоятельных занятий, программ и проектов физического самосовершенствования [7].

Дифференциация учебного процесса осуществлялась через применение гуманно-личностных методов педагогического взаимодействия и физического воспитания с учетом особенностей мотивации и физкультурно-спортивных интересов, диагноза заболеваний, уровня физического развития и физической подготовленности студентов [6]. Персонификация предполагала включение студентов в процесс разработки индивидуального физкультурно-оздоровительного маршрута на основе программы «Маршрут здоровья» и применения метода проектов [7,8], что приводило к отчетливому осознанию девушками личностно значимых целей и смыслов занятий, включению в значимую деятельность и приобретению личностного опыта физкультурно-оздоровительной деятельности.

Кроме того, за пределами учебного процесса девушки принимали активное участие в социально значимой деятельности: выступали волонтёрами и помощниками судей на различных соревнованиях (внутри вуза – «Дни здоровья», «Маршрут дружбы», Спартакиады, фестивали; городских- участие в парадах и праздниках, Кросс наций, Лыжня России, Гонка Чемпионов 2016 на приз губернатора тюменской области, X чемпионат мира по зимнему плаванию).

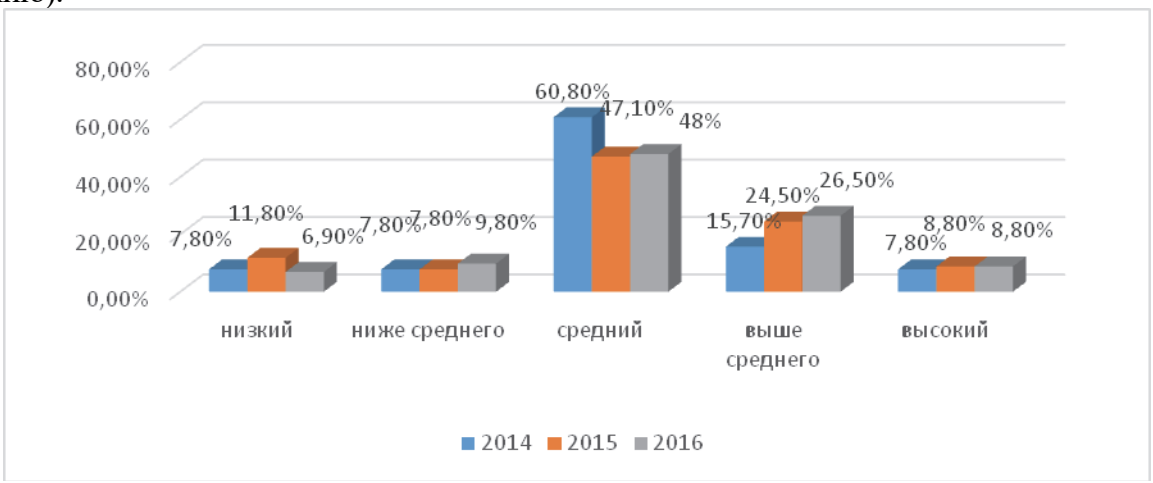


Рисунок 2. Показатели уровня соматического здоровья

В ходе опытной работы два раза в год осуществлялась оценка соматического здоровья [1] и физкультурной грамотности студенток. В конце двухгодичного эксперимента выявлено уменьшение количества студенток с низким уровнем соматического здоровья (с 7,8% до 6,9%) и увеличение количества студенток с уровнем выше среднего (с 15,7% до 26,5%) (рис.2).

Выводы. Таким образом, на фоне повышения физкультурно оздоровительной активности студенток специальной медицинской группы ($P<0,05$) произошли достоверные увеличения индексов мотивов и потребностей занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью, повышение физкультурной грамотности ($P<0,001$) и позитивная динамика физического состояния студенток (улучшение физической подготовленности ($P<0,05$) и соматического здоровья ($P<0,05$), что, на наш взгляд, является следствием актуализации у девушек ценности здоровья (повышение доступности на фоне достижения успеха) и активного присвоения нового опыта физкультурно-оздоровительной деятельности.

При организации физического воспитания студентов специальных медицинских групп, имеющих различные патологии и достаточно широкий спектр противопоказаний к отдельным видам физической активности, требуется построение физкультурно-оздоровительной среды (ФОС), позволяющей выстаивать студентам индивидуальные физкультурно-оздоровительные маршруты и приобретать личностный опыт физкультурно-

оздоровительной деятельности, отличительными особенностями которой являются информатизация, дифференциация, персонификация и интеграция учебной и внеучебной работы.

Список литературы.

1. Апанасенко Г.Л. О возможности количественной оценки здоровья человека // Гигиена и санитария. - 1985. - № 6.- С. 55-58.
2. Богацкой, А.Д. Программа «Маршрут здоровья» для студентов специальной медицинской группы/ А.Д. Богацкой // Теория и практика физической культуры. - 2013. - № 12. - С.53.
3. Загвязинский, В.И. Общая панорама педагогического исследования по проблемам физической культуры и спорта / В.И. Загвязинский, И.В. Манжелей // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 3. – С. 3 – 5.
4. Загревская А.И. Компетентностый подход к общему физкультурному образованию студентов. / Вестник Томского государственного университета № 359 / 2012 – С154-156.
5. Лубышева Л.И. Загревская А.И. Кизезиологический подход как методология современной спортивной науки и практики/Л.И.Лубышева, А.И.Загревская //Теория и практика физической культуры. – 2015. – №12. – С. 3-5.
6. Манжелей, И.В. Дифференциация в различных моделях физического воспитания / И.В.Манжелей // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – №5. – С. 5-8.
7. Манжелей, И.В. Метод проектов в формировании физкультурных компетенций у бакалавров / И.В. Манжелей // Теория и практика физической культуры – 2015. – №12. – С. 16-18.
8. Манжелей, И.В. Средовый подход в формировании спортивного стиля жизни студенческой молодежи / И.В. Манжелей // Теория и практика физической культуры, 2013. – № 12. – С. 9-13.

УДК 37.04

Т. Н. Зуева, ст. преподаватель

ВЛИЯНИЕ КОМПЛЕКСНОЙ ТЕХНОЛОГИИ НА РАЗВИТИЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

ГАУ ДПО НСО «Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования», г. Новосибирск, Россия, e-mail: tfk_sport@mail.ru

Аннотация: *В статье показана эффективность влияния комплексной технологии на психофизическое развитие дошкольников. Определены двигательные качества, в которых произошли наибольшие приросты. Выявлено соотношение групп детей с улучшением речи (от тяжелых форм патологий до нормы), произошедшим под влиянием социально-психо-лого-педагогической работы.*

Ключевые слова*: комплексная технология, психофизические качества дошкольников.*

T. Zueva, senior teacher

THE INFLUENCE OF COMPLEX TECHNOLOGY ON DEVELOPMENT PSYCHOPHYSICAL QUALITIES AND HEALTH OF PRESCHOOLERS

Novosibirsk Institute of Training and Further Training of Specialists in Education, Novosibirsk, Russia, e-mail: tfk_sport@mail.ru

Summary: *The article shows the effectiveness of the impact of complex technology on the psychophysical development of preschool children. Defined motive qualities wherein occurred the greatest increase. Discovered correlationthe group of the children with speech improvement (from heavy forms of pathologies to normal form), occurred under the influence of socio-psycho-pedagogical work.*

Key words: *complex technology, psychophysical qualities of preschool children.*

В настоящее время специалистами принята значимость раннего комплексного воздействия на психофизическое развитие ребенка с проблемами речи. Актуальным также является применение комплексной технологии в физическом воспитании (ФВ) дошкольников. Определено ухудшение состояния здоровья дошкольников, поэтому необходима комплексная помощь детям с нарушениями речи и здоровья [1]. Рекомендован пересмотр традиционной модели ФВ и организации деятельности детей в условиях детского сада с учетом возрастно-половых, индивидуально-типологических особенностей, речевой патологии и физического здоровья каждого воспитанника [2]. Требования ФГОС обязывают педагога знать,

какое влияние комплексная социально-психо-лого-педагогическая работа оказывает на психофизическую подготовку детей.

Цель исследования – изучить влияние комплексной технологии на развитие психофизических качеств и здоровье дошкольников с общим нарушением речи (ОНР).

Методы исследования. Анализ научно-методической литературы и документов (медицинских и педагогических), психолого-педагогическое наблюдение и тестирование, опытно-экспериментальная работа (ОЭР), методы математической статистики.

Организация и контингент. На базе дошкольного учреждения г. Новосибирска № 455 применена комплексная технология ФВ детей с ОНР. Данное направление деятельности получило статус экспериментальной площадки в г.Новосибирске. Инновационная составляющая содержит использование специального оборудования: комплексного скалолазного стенда («скалодром») и «стенолаза» в ФВ и других мероприятиях, предусмотренных в режиме дня детей. В структуре физкультурного занятия экспериментальных групп (ЭГ) увеличен объем лазания за счет использования специального оборудования, которое в контрольных группах (КГ) не применялось.

Кроме того, комплексная технология включает медико-биологическое сопровождение дошкольников с элементами восстановительных мероприятий: а) традиционные обследования и сопровождение по плану медицинской службы; б) использование аппарата «Сфереон» в помещении спортивного зала и групповых комнатах; в) прием кислородных коктейлей; г) сбалансированное питание.

Также специалистами ДОУ осуществлялось психолого-логопедическое сопровождение по специальной программе.

Важным элементом комплексной работы является просвещение воспитателей и родителей по вопросам ЗОЖ и их реализация в условиях детского сада и семьи.

ОЭР выполнена в 4-е этапа, данные представлены в таблице 1. На 1-ом этапе осуществлялось педагогическое воздействие только в рамках традиционных подходов, применяемых в 90-е и 00-е годы. 2-й этап - применялась комплексная технология в возрастной группе детей 5-6 лет в течение 1-го года; 3-й этап – комплексная технология реализовывалась течение 2-х лет в возрастной группе детей от 4 до 6 лет; 4-й этап – внедрялась комплексная технология в течение 3-х лет в возрастной группе дошкольников от 4 до 7 лет. Всего медико-педагогическим обследованием охвачено 719 детей в возрасте 4-7 лет. В ОЭР приняли участие дети ЭГ с нарушениями речи (356 чел.: 208 мал. и 148 дев.) и КГ (363 чел.: 189 мал. и 174 дев.).

Табл. 1. Виды деятельности и структура распределения обследованных детей

Период работы		Набор детей, %			Выпуск детей, %		
		Норма речи	ОНР	Другие нарушения речи	Норма речи	ОНР	Другие нарушения речи
Традиционный	1 год	0	70,0	30,0	70,0	20,0	10,0
	2 год	0	86,0	14,0	50,0	6,0	44,0
Комплексная технология	1 год	0	88,4	11,6	69,2	0	30,8
	2 год	0	83,7	16,3	68,0	8,8	23,2
	3 год	0	97,7	2,3	67,4	0	32,6

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ медицинских карт дошкольников на 1-ом этапе показал следующее. Из числа детей, поступающих в дошкольное учреждение, выявлено 70,0 % случаев с ОНР, из них мальчиков оказалось больше на 13, 0%, чем девочек.

В анамнезе отмечены две тенденции: а) уменьшение распространенности речевых нарушений на 0,4%; б) рост грубых патологий в структуре речевого дефекта на 17,2%. При этом у детей с ОНР встречаются и другие нарушения и отклонения в здоровье: нарушение осанки (42,7%); плоскостопие (24,3 %); сколиоз (1,7 %); дефекты грудной клетки (3,3%) и другие.

Применение комплексной технологии ФВ в течение ряда лет позволило получить следующие данные. Так, использование специального оборудования изменило структуру физкультурного занятия в ЭГ: объем лазания составил 42,1% времени физкультурного занятия. Влияние комплексной технологии на развитие двигательных качеств отражено в таблице 2, анализ ее данных выявил следующее. Величины приростов более высокими оказались у девочек по сравнению с мальчиками во всех изучаемых показателях в соответствующих возрастных группах. Это согласуется с тем, что девочкам свойственно опережающее развитие морфофункциональных признаков по сравнению с мальчиками. Максимальные приросты (за период от 4 до 7 лет) отмечены в развитии качества равновесия: в ЭГ у девочек (156,2%) и мальчиков (77,3%) и в КГ у девочек (115,0%), у мальчиков КГ произошло снижение этого качества (-8,9%).

Представленные и другие полученные данные показывают, что ЭМ обеспечивает высокую эффективность в развитии качеств равновесия, скоростно-силовых и скорости как у девочек, так и у мальчиков ЭГ.

Представленные и другие данные свидетельствуют об эффективности ОЭР, так как ее содержание, использование комплекса мероприятий (режима дня, специального оборудования, обеспечившего разнообразие упражнений лазания, и др.) направлены на развитие психофизических качеств детей, устранение речевого дефекта (табл. 1), повышение уровня здоровья.

Табл. 2. Динамика двигательных качеств обследованных дошкольников

Пол	Возраст, лет	КГ				ЭГ			
		Челночный бег 3х5 м, сек/%	Равновесие «Цапля», сек/%	Бег 30м, сек/%	Прыжок в длину с места, см/%	Челночный бег 3х5 м, сек/%	Равновесие «Цапля», сек/%	Бег 30м, сек/%	Прыжок в длину с места, см/%
М	4 -5	14,1	4,5	7,7	99,3	14,4	2,2	8,5	86,6
	6 -7	14,0	4,1	10,4	105,8	12,8	3,9	7,4	117,3
	прирост	**0,1/0,7**	**-0,4/8,9**	**- 2,7/35,1**	**6,5/6,5**	**1,6/11,1**	**1,7/77,3**	**1,1/13,0**	**30,7/35,4**
Д	4-5	17,3	2,0	10,0	74,0	14,8	3,2	9,7	82,1
	6-7	14,1	4,3	8,5	102,1	12,5	8,2	7,1	113,3
	прирост	**3,2/18,5**	**2,3/115,0**	**1,5/15,0**	**28,1/38,0**	**2,3/15,6**	**5,0/156,2**	**2,6/26,8**	**31,2/38,0**

Главным участником воспитания и развития дошкольников являются родители, которые в полной мере ответственны за жизнь, здоровье и развитие детей. Наша ОЭР показывает, что приобщить родителей к делам детского сада непросто. В то же время актуально направление работы по вопросам ЗОЖ в ДОУ. Мы изучили уровень готовности современных родителей к взаимодействию с дошкольным учреждением по вопросам ЗОЖ и применили проект сотрудничества в условиях детского сада. Для взаимодействия родителей и ребенка предлагалось посетить занятие ФВ (по расписанию занятия «скалолазанием» во второй половине дня). Предлагались такие формы сотрудничества: выполнить упражнение совместно с ребенком, выполнить страховку, оценить деятельность ребенка и другие.

Анализ данных анкетирования родителей показал, что в ОЭР активное участие приняли 68,7% родителей (т.е. 31,3% не участвовали). Установлено, что матери чаще интересуются здоровьем своих детей: в ЭГ – 80%, в КГ - 84,2%; отцы реже проявляют интерес к данному вопросу: в ЭГ – 20%, КГ - 15,8%. Определено, что родители обращают внимание на здоровье своих детей: организованно и совместно занимаются ФВ 72% родителей дошкольников ЭГ и 31,5% КГ; не занимаются соответственно 28% и 68,5%. То есть, родители

дошкольников, имеющих проблемы нарушения речи и другие (ЭГ), организуют и выполняют определенные мероприятия, направленные на формирование основ ЗОЖ дошкольников, в домашних условиях, тогда как большая часть родителей детей с возрастной нормой перекладывают решение данного вопроса на педагогов ДОУ.

Также выявлено, что часть родителей систематически обращают внимание на здоровье и физическое развитие своего ребенка: в ЭГ (52%) и КГ (63,1%). На вопрос анкеты «Нужна ли Вам помощь детского сада по ФВ ребёнка?» большинство родителей считают такую помощь необходимой: 88% (ЭГ) и 89% (КГ). Тогда как на вопрос: «Выполняете ли Вы рекомендации ДОУ по ЗОЖ?» утвердительно ответили только 16% (ЭГ) и 10,5% (КГ).

Следовательно, результаты анкетирования показывают, что готовность родителей реализовывать ЗОЖ и двигательную активность ребёнка остается низкой, а степень их личного участия в ФВ ребенка напрямую зависит от взаимодействия с ДОУ.

Таким образом, раннее применение социально-психолого-лого—педагогической работы обеспечивает социально-педагогическую гибкость на базе комплексной физкультурно–оздоровительной и коррекционной работы с учетом возрастно-половых и индивидуальных особенностей детей. Согласование педагогического влияния (увеличения объема и разнообразия упражнений лазания) с сенситивным периодом качества равновесия определило более выраженные темпы развития и других психофизических качеств в ЭГ, оно также повлияло положительно на решение проблемы речевых нарушений этих детей. Установлена низкая готовность родителей к целенаправленному формированию модели ЗОЖ в поведении дошкольников; этот вывод актуализирует задачу просвещения родителей через их сотрудничество с педагогами в условиях детских садов. Полученные данные показывают целесообразность разработки учебно-методических материалов, изменяющих социально-психолого-педагогические условия в дошкольном образовании с позиции педагогики сотрудничества.

Литература

1. Указ Президента Российской Федерации от 01.06.2012 г. № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 -2017 годы» // СЗ РФ. 2012. Вып. № 23. Ст. 2994.

2. Чеботарев А.В. Возрастные особенности развития физических качеств детей дошкольного возраста // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.2013. № 1. С.51-52.

УДК 612.019

Е.С. Ягудина; Н.Я. Прокопьев, д.м.н., профессор

СОЦИАЛЬНО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЛИЦ, УПОТРЕБЛЯЮЩИХ НАРКОТИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА

Тюменский государственный университет, г. Тюмень,
Россия Jagudina-lena@rambler.ru, pronik44@mail.ru

Аннотация. *Проанализированы социально-физиологические причины злоупотребления наркотическими веществами в двух группах юношей: чьи родители регулярно употребляли психоактивные вещества и среди тех, кто не употреблял. Было обследовано 205 человек в возрасте от 17 до 21 года. Среди них 65 человек имели родителей (одного или двух) с зависимостью от психоактивных веществ (ПАВ) (алкоголь); в группу II вошло 40 испытуемых, не имевших ПАВ-зависимых родителей. Контрольную III группу составили 100 здоровых студентов Тюменского государственного университета, отрицающих пробу наркотических веществ. Исследования показывают, что злоупотребление наркотиками является результатом совокупности биологических, психологических и социальных факторов. Ранний возраст, отягощенная наследственность наркологической патологией родителей, патологии пре-, пере-, и постнатального развития, недостатки педагогического воспитания и патологическое влияние семьи являются факторами высокого биологического риска наркозависимости.*

Ключевые слова: *юноши, употребляющие наркотические вещества; наследственная отягощенность, факторы риска.*

E. Yagudina, Nikolai Prokhopev, Professor, Doc.med.science

SOCIAL PHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PERSONS TAKING DRUG SUBSTANCE

Tyumen State University, Tyumen, Russia, jagudina-lena@rambler.ru, pronik44@mail.ru

Summary. *Social physiological causes of drug substance abuse was analysed among two groups of yang men: whose parents used psychoactive substances regularly and those who did not. In the age of from 17 to 21 years old 205 yang men were examined during the fulfillment of this work. Among them 65 persons had their parents (one or both) with depending on psychoactive substance (PAS) (alcohol); 40 tested persons who had no PAS dependent parents took the second group. 100 healthy students of Tyumen State University who deny facts of taking drug substances are the third control group. Researches shows that drug abuse is a result of union of biological, psychological and sociological factors. Early age, hereditary load of parents drug pathology, shortcomings of pedagogical bringing and pathological influence of family are the factors of high biological risk of drug addicts.*

Key words: yang men, taking drug substance; hereditary load, risk factors.

Изменения в духовной, политической, социальной, экономической сферах жизни привели к масштабному росту числа лиц, допускающих немедикаментозное потребление наркосодержащих препаратов и увеличению наркологических заболеваний в результате.

В настоящее время антинаркотические законы и программы разработаны и реализуются в каждом субъекте РФ, однако ситуация в большинстве регионов существенно не изменилась и остается «стабильно напряженной» (В. В. Якушев, 2013). Сегодня преимущественное распространение получает потребление легких наркотиков, не приводящих к стойкой утрате трудоспособности. Такая ситуация обусловливает снижение первичной заболеваемости, но увеличивает суммарные показатели наркотизации населения.

Потребление психоактивных веществ (ПАВ) представляет собой серьезную медико-социальную проблему в связи с широким ее распространением и системными осложнениями, приводящими к ранней инвалидизации и высокой смертности пациентов. Основными ПАВ, со значительными социальными и медицинскими последствиями, на протяжении многих лет являются этанол, опийные наркотические вещества, кокаин.

Специалисты отмечают низкую эффективность мер по борьбе с наркоманией и призывают заниматься профилактической работой, которая на порядок дешевле и эффективнее мер, принимаемых уже после возникновения проблемы. В профилактической работе важную роль играет выявление предрасположенности личности к употреблению наркотических веществ (изучение структуры преднаркотической личности и ее непосредственного окружения) и выделение групп высокого риска формирования зависимости от ПАВ.

Цель данного исследования – изучить социально-физиологические особенности развития юношей, употребляющих наркотические вещества.

Материалы и методы

Социально-физиологические исследования проведены у 105 юношей, периодически употребляющих наркотические вещества (препараты опийной группы) в возрасте от 17 до 21 года. Из них 65 человек (I исследуемая группа), имели родителей (одного или двух) с зависимостью от психоактивных веществ (алкоголь); в группу II вошло 40 испытуемых, не имевших ПАВ-зависимых родителей. Контрольную III группу составили 100 здоровых студентов, отрицающих пробу наркотических веществ.

Исследование проводилось в ФГБОУ ВПО «Тюменский государственный университет» и УФСКН России по Тюменской области.

Используемые методы: ретроспективный анализ, анкетирование, прямой опрос [1].

Статистический анализ проведен с использованием MicrosoftExcel и «SPSStatistics». Все исследования соответствовали Приказу МЗ РФ за № 226 от 19.06.2003 года «Правила клинической практики в РФ».

Результаты и обсуждение

Возраст лиц, употребляющих наркотические вещества колебалсяот 17 до 21 года и в среднем составили 20,3±0,6 года.

По уровню образования значительную часть выборки составили юноши со средне специальным образованием (41%), 19% имели общее среднее образование, 11% – неполное среднее образование. Незаконченное высшее образование имели 15%, высшее образование – 12%, начальное образование – 2% мужчин.

Отнесения испытуемых к определенной социальной группе говорят о неоднородности выборки по этому показателю и об ассоциальности основного контингента (68% молодых мужчин на момент обследования являлись безработными). 19% отнесли себя к группе рабочих, 5% являются студентами ВУЗов, 5% – инвалидами, 2% - предпринимателями и 1% относили себя к группе крестьян.

По показателю семейного положения в выборке преобладают лица, которые никогда не были женаты (66%), разведены, живут отдельно 23%, состоят в браке 11% молодых мужчин.

Все юноши на момент проведения исследования употребляли препараты опийной группы (тяжелые наркотики). Опийная наркомания занимает первое место в структуре заболеваемости и болезненности наркоманиями во всех регионах России, зависимость от этой группы веществ установлена более чем у 80% всех зарегистрированных наркопотребителей [2].

Исследователи считают, что характер воздействия опиоидов (характер опьянения определяется резко выраженным подъемом настроения, который сами опьяневшие определяют терминами счастье, блаженство, покой, комфорт, полная гармония с собой и окружающим миром) и относительно небольшая цена (по сравнению с кокаином, например) обусловил их столь широкое распространение.

Наркоманами себя считает только 49% опрошенных. Средняя продолжительность наркомании составила 2,9 года.

Приобретались наркотические вещества опрошенными в большинстве случаев (62,9%) у друзей и знакомых, в местах отдыха (18,1%), в учебных заведениях или около них (11,4%).

Испытуемые из I группы в раннем возрасте (до 10 лет) начали курить (95,4% от общего числа опрошенных), попробовали алкоголь, галлюциногены и стали позже их периодически употреблять.

Большинство испытуемых из II группы начали курить в 11 – 14 лет (67,5%), а в 11 – 17 лет (92,5%) впервые попробовали ПАВ.

Выявлено, что лица с отягощенной наследственностью характеризуются более ранним возрастом начала наркотизации (доминирует возраст до 10 лет (58,5%) в то время как в группе без наследственной компоненты 11 – 14 лет (59%)). Полученные результаты в целом соответствуют данным официальной медицинской статистики о том, что наркотическая зависимость формируется в раннем возрасте, однако опрос показал, что гораздо в более раннем, чем считает официальная медицина. Фактор возраста, нередко выступая в качестве ведущей причины отклонения в поведении, в большинстве случаев является той благодатной почвой, на которую в дальнейшем действуют множества других факторов.

Основной мотивацией первого обращения к наркотическим средствам в обеих группах являлось использование их как средства получения удовольствия (41,9%). Обращает на себя внимание тот факт, что 64% юношей впервые попробовали наркотическое вещество осознанно, зная о дальнейших последствиях.

Выявленная особенность мотивации первой пробы у юношей, периодически употребляющих ПАВ, на наш взгляд, говорит о нехватке положительных эмоций испытуемым из обеих исследуемых групп уже в том возрасте, что косвенно свидетельствует о недостаточной работе дофаминовой нейромедиаторной системы («системы награды»).

Основной мотивацией систематического употребления наркотических препаратов у большинства испытуемых как из I, так и из II группы явилось желание вновь получить удовольствие (51,4%). Для них было характерно следующее стереотипное высказывание: «Я употребляю «слабые» наркотики и в любой момент могу прекратить это делать». 23,8% использовали наркотик как средство компенсации (чтобы «избавится от давления окружающих», «уйти от тревожащих внутренних проблем», «уйти от межличностных конфликтов», «решить жизненные проблемы»). Наркотическое вещество заменяет им «неудовлетворенные потребности», которые удовлетворить другими, общепринятыми способами они не могут или не хотят.

Физическое развитие ребенка является одним из основных критериев, составляющих понятие «здоровье» и оцениваемых практическими врачами в первую очередь.

Ретроспективный анализ показал, что 100% испытуемых имели патологии пре-, пере-, и постнатального развития, из которых: 42,8% - патологию течения беременности (токсикоз различной степени, соматические заболевания матери), 75,2% - патологию родов (преждевременные роды, слабость родовой деятельности, стремительные роды), 80,0% - патологию раннего постнатального периода (признаки переношенности, недоношенности, гипотрофия, энцефалопатия, задержка раннего нервно-психического развития и др.).

Для лиц без отягощенной наследственности характерна патология пре- и перинатального, а испытуемых с наследственной отягощенностью – постнатального периодов.

Большинство наркопотребителей (50,8% в первой и 97,5% во второй группе) находились на искусственном вскармливание.

Исследования показали, что ранний возраст начала наркотизации дополняется недостатками педагогического воспитания, где решающее значение для развития личности имеет окружающая социальная среда и особенно семья, родители.

Все молодые мужчины имели родителей, в той или иной мере употребляющих алкоголь. Однако, если во II группе большинство и отцов, и матерей употребляли алкоголь «по праздникам» (75,0 %), то в I группе периодически (47,7 и 53,8 %) или систематически (24,6 и 30,7 %) для снятия напряжения. Таким образом, с определенной долей уверенности можно утверждать, что дети, выросшие в семьях, где отцы злоупотребляли ПАВ, по крайней мере, в 2,9 раза, а матери – в 4,2 раз чаще становятся ПАВ – зависимыми, чем в семьях, где ПАВ не употребляют. Следовательно, сама семья становилась зоной риска развития зависимости от ПАВ.

Анализ семейных отношений выявил, что воспитанием детей в семьях испытуемых, в основном, занимались матери (78%). При этом имелись разводы родителей (32,4%), которые в 1,8 раза чаще отмечались во II группе (45,0 и 24,6%), повторные браки (21,9%), дети воспитывались в неполных семьях (21,9%).

Анализ отношений родителей между собой выявил, что уровень конфликтности и напряженности в семьях весьма высок в независимости от степени наследственной отягощенности и семья сама являлась зоной риска, в которой ребенок не мог полноценно развиваться. Конфликты в семьях отмечали 68,6% юношей.

В то же время конфликтность в семьях проявлялась по-разному в исследуемых группах: в I группе доминировали оскорбления, взаимные обиды (53,8%) и физическое насилие (33,8%), во II – психологическое давление (52,5%), оскорбления и обиды (40,0%). В целом физическое насилие в семьях испытывали 23,8 % лиц.

Список социально-профессиональных групп, к которым принадлежат родители испытуемых, весьма широк. В нем есть как люди из малообеспеченных слоев общества (рабочие, крестьяне, безработные) (52%), так и представители более престижных, высокооплачиваемых профессий (служащие госучреждений, предприниматели) (46%), имеющих достаточный материальный и социальный статус.

Анализ психологических реакций на подростка в семье говорит о высокой степени дискомфортности в семьях, где воспитывались испытуемые мужчины. При этом у лиц, упо-

требляющих наркотические вещества, степень семейного дискомфорта была значительно выше, чем у здоровых мужчин. Практически все испытуемые (84,6% в I и 95,0% во II группе) испытывали дефицит внимания со стороны родителей. Как в I, так и во II группах основными психологическими реакциями на подростка были обиды, оскорбления (56,9% и 47,5%), психологическое давление (55,4% и 70,0%) и безразличие (47,7% и 50,0%). Физическое насилие испытывали 29,5% наркозависимых и 11,0% здоровых мужчин. Наши данные подтверждаются другими исследованиями, выделяющими семью как один из основных этиологических факторов [3].

Заключение. Полученные данные свидетельствуют о несомненном участии генетических факторов в детерминации реакции индивида по отношению к наркотическим веществам. Несмотря на то, что конкретное сочетание причин, приведших к потреблению наркотических веществ, было различно у каждого из обследованных, считаем что зависимость, сформировавшаяся у исследуемой группы лиц, является результатом воздействия совокупности биологических, психологических и социальных факторов.

Проведенный анализ указывает на необходимость учета особенностей пре-, пери-, постнатального развития, влияние наследственности и микросреды при проведении активной профилактической работы, т.к. они являются факторами риска развития наркотической зависимости у мужчин и, вероятно, будут оказывать влияние на формирование наркотической зависимости как болезни.

Списоклитературы

1. Копина О. С. Экспресс-диагностика уровня психоэмоционального напряжения и его источников / О. С. Копина, Е. А. Суслова, Е. В. Заикин // Вопросы психологии. 1995. № 3. С. 119-133.

2. Михайлова Ю. В. Эпидемиологическая ситуация по психическим и поведенческим расстройствам, связанным с употреблением психоактивных веществ в Российской Федерации / Ю. В. Михайлова, О. Б. Нечаева, А. Ю. Абрамов // Социальные аспекты здоровья населения. 2012. Т. 26. № 4. С. 8-18.

3. Королева М. П. Психологические предпосылки употребления психоактивных веществ подростками / М. П. Королева, Л. П. Григорьева // Вестник Московского государственного лингвистического университета. 2011. № 613. С. 137-147.

УДК 37.062.2

О.А. Лобанова, Р.Р. Галиакберов, О.А. Заболотный

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Башкирский государственный медицинский университет, г. Уфа, Россия, 987654321-94-94@mail.ru

Аннотация. *С помощью анкетирования и обработки полученных данных , проанализирован процесс совершенствования физического воспитания студентов.*

Ключевые слова: *инновационные технологии, физическая культура, спорт.*

Lobanova O. A., **Galiakberov R. R., Zabolotny O. A.**

MODERN TECHNOLOGIES OF PHYSICAL EDUCATION IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

City Ufa,Russia, 987654321-94-94@mail.ru

Summary. *The process of improving physical education of students analized by quistionnaires and date processing.*

Key words*: innovative technology, physical culture, sport.*

Объект исследования: процесс физического воспитания студентов.

Предмет исследования: показатели состояния здоровья, физической подготовленности первокурсников.

Цель исследования: совершенствование процесса физического воспитания студентов.

Задачи исследования:

1. изучить состояние здоровья студентов и физическую подготовленность студентов .
2. изучить необходимость обучения и физического воспитания с использованием современных технологии.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников, анализ документальных материалов, опрос (анкетирование), методы математической статистики.

Актуальность исследования .Здоровье детей –это будущее страны .Однако здоровье не существует само по себе, раз данное , постоянно и неизменно. Его нужно беречь и укреплять всю жизнь, а это – огромная каждодневная работа.

Всестороннее развитие личности в условиях современного ,бурно развивающегося общества немыслимо без повышения социальной роли спорта и физической культуры .Человек овладевает системой познавательных и двигательных умений и навыков, научных знаний и у него на их основе всего этого формируется, нравственность , физические и психические качества личности и мировоззрение.

Необходимость инновационных современных преобразований в области физического воспитания в образовательных учреждениях объясняется объективными условиями жизни современного общества, а также именно в школьном возрасте закладывается фундамент здоровья и положительное отношение к физической культуре.

В настоящее время, современная система физического воспитания, которые внедряются в образовательных учреждениях является недостаточно эффективной . [1] В связи с этим, одна из важнейших теоретических и практических проблем физического воспитания в школах–внедрение и использование в процессе физического развития детей инновационных технологий. [2]

Одним из главных условий современного воспитания и развития личности в раннем возрасте,этапе общеобразовательного обучения является правильно организованное физическое воспитание. В современных условиях значительно возрастает значение рационально организованной двигательной активности детей и в сохранении и укреплении их здоровья, развитии двигательных способностей, воспитании физических и нравственно-волевых качеств.

В настоящее время учёные и преподаватели указывают на необходимость решения огромной проблемы оздоровления всего населения Российской Федерации, особенно подрастающего поколения [3].

В связи с этим у нас в стране предпринимаются большие усилия по модернизации физического воспитания в дошкольных и образовательных учреждениях как важнейшего фактора формирования здоровья у подрастающего поколения [4]. Одним из направлений модернизации является формирование культуры здоровья и спорта.

Известно, что физические упражнения благоприятно влияют на психическое состояние человека и оказывают положительное воздействие на все системы его организма. В связи с этим одной из составляющих культуры здоровья является двигательная активность отдельно взятого человека.

Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года предполагает включение большого объёма двигательной активности в число нормативных показателей для оценки эффективности работы с населением. В связи с этим становится актуальным изучение величины объёма двигательной активности у современных школьников.

Для изучения вовлеченности в занятия физической культурой и спортом было проведено анкетирование студентов 1 курса БГМУ.

В результате опроса было установлено следующее:

Почти все опрашиваемые (93 %) отметили, что им очень нравятся уроки физической культуры. 21,4 % юношей занимаются спортом в секции по баскетболу и 7,1 % девушек посещают секцию танцев. Половина студентов занимаются в спортивных школах города Уфы

плаванием, борьбой, каратэ, фигурным катанием, фитнесс-аэробикой, художественной гимнастикой, тхэквандо, большим теннисом. Несколько студентов совмещают как вузовскую спортивную секцию, так и тренировки в специализированной спортивной школе. 2 % студентов ответили, что «занимаются спортом с родителями», 17,9 % – «занимаются физическими упражнениями на улице с друзьями» и 7,1 % первокурсников указали, что «вообще не занимаются спортом». Если учитывать студентов, не охваченных организованными формами занятий, то их количество составляет приблизительно 25 %, это свидетельствует о том, что среди них необходимо проводить агитационную работу.

Значительная часть студентов (35,6 %) занимаются в спортивных секциях и спортивных школах 3–4 раза в неделю, 28,6 % занимаются 5 и более раз в неделю, 14,3 % посещают спортивные секции 1–2 раза в неделю и 21,4 % не посещают никаких спортивных секций.

Выявлено, что 4,1 % студентов занимаются в подготовительной группе , освобождены от занятий физической культуры 0,9%.

Обобщая вышеизложенное, можно заключить, что у 64,2 % первокурсников БГМУ двигательная активность соответствует среднему уровню и выше среднего (от 8 до 13 часов в неделю), у 14.3 % студентов двигательная активность ниже среднего уровня (6–7 часов в неделю) и у 21,4 % показатели не соответствует оптимальной двигательной активности (4–5 часов в неделю), способствующей нормальному физическому развитию и формированию здоровья.

Анализируя полученные результаты в ходе нашего исследования мы заключили, что современные студенты нуждаются в более активной пропаганде ценностей физической культуры и спорта. Задача повышения культуры здоровья может и должна решаться в рамках физкультурного образования общеобразовательной школы. Необходимо усилить работу по пропаганде занятий физическими упражнениями. Важно сформировать у современного поколения твердое убеждение, что наше здоровье и наш жизненный успех зависит от движения, занятий физической культурой и спортом.

Модернизация физкультурного образования основана на теоретическом и экспериментальном обосновании организационно-методических подходов, которая позволяет объективизировать целевую направленность физического воспитания, оздоровительной, адаптивной физической культуры и массового спорта. Применение современных технологий, изменение сущности физического совершенствования школьников и студентов основаны на использовании комплексной информации, которые позволяют учитывать не только гендерные и возрастные различия детей, но и также их индивидуальные особенности. Личностно ориентированное содержание физкультурно-спортивной активности определяется структурными компонентами мотивационно-потребностных установок школьников и студентов. Основным инструментом для удовлетворения физкультурно-спортивных потребностей и мотивов служит комплексное использование инновационных технологий базового и профильного физического воспитания, оздоровительной физической подготовки.

Достигаемый уровень спортивно- физкультурной активности молодого поколения может быть представлен в виде технологического процесса, осуществляемого педагогом: целевая направленность; потребность в оборудовании; исходный уровень; определение основных идеи развиваемой активности; взаимосвязь с государственными образовательными стандартами; требования к организации; процедуры обучения. Использование личностно ориентированного подхода, так же как и дифференцированного и индивидуального подходов, является непременным условием эффективного решения образовательных, оздоровительных и развивающих задач физического воспитания. Современные технологии предусматривают распределение занимающихся физическими упражнениями на типологические группы для более объективного учета индивидуальных и групповых особенностей школьников.

Основой распределения учащихся и студентов на группы служит их принадлежность к определенному психическому или соматическому типу, а также к наиболее успешному

выполнению какого-либо вида физической активности. Критериями для подобного распределения по результатам научных исследований могут быть: уровень физической подготовленности, тип телосложения, пол, медицинская группа, вид спорта. Реализация личностно ориентированного подхода связана с необходимостью определения индивидуальных и групповых особенностей и возможностей учащихся и студентов, выбор оптимальных тренировочных режимов, регулярное анкетирование и тестирование важнейших характеристик физического состояния и социального благополучия.

Современное состояние физического воспитания детей подрастающего поколения, уровень развития массового спорта и физкультуры в образовательных учреждениях не соответствуют тем задачам, которые решаются обществом в социально-экономическом преобразовании страны. Сегодня крайне необходимо коренным образом изменить весь подход к физическому воспитанию школьников и студентов и развитию спорта в образовательных учреждениях. Практика последних лет показала необходимость использования в процессе физического воспитания в школе позитивного опыта и огромного технологического потенциала спорта. Реализация новой программы предполагает внедрение высоких спортивных технологий, адаптированных к условиям школ и вузов , в практику физического воспитания школьников и студентов.

Список литературы

1. Вергелес, Г. И. Младший школьник: помоги ему учиться // Г. И. Вергалес. – СПб. : РГПУ им. А. И. Герцена; Союз, 20124. – 159 с.

2. Михайлов, Н. Г. Физическая культура в новом формате / Н. Г. Михайлов // Вестник образования: концептуальные основы здорового образа жизни в детской и подростковой среде. СПб.– 2011. – № 2. – С. 34–40.

3. Столяров В.И., Фирсин С.А., Баринов С.Ю. Содержание и структура физкультурно-спортивного воспитания детей и молодежи (теоретический анализ). – Саратов: ООО Издательский центр «Наука», 2012. – 268 с.

4.Столяров В.И. Фундаментальные теоретические основы современной системы комплексного физического воспитания // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка . – Саратов:ООО Издательский центр «Наука»,–2013. – № 2. – С. 2

III.
«СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ».
РАЗВИТИЕ МАССОВОГО, ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО, АДАПТИВНОГО СПОРТА
И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ
ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА: ОТ УСЛОВИЙ К ЭФФЕКТИВНОМУ РЕЗУЛЬТАТУ

УДК 796.06

Е.В. Антипова, к.п.н., доц.[1],
В.А. Антипов, к.п.н.[2], **Р.В. Кургузов**[3]

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ МЕГАПОЛИСА

[1]ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», Санкт-Петербург, Россия, e-mail: tomilina@mail.ru
[2]Санкт-Петербургский университет МВД России, г. Санкт-Петербург, Россия
[3]ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», Санкт-Петербург, Россия

Аннотация. *В статье рассматриваются условия развития физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства населения в условиях мегаполиса. Анализируется соотношение числа лиц, вовлеченных в систематические занятия физическими упражнениями и спортом в различных возрастных категориях. Определены направления организации оказания физкультурно-оздоровительных и реабилитационных услуг по месту жительства населения.*

Ключевые слова: *физическая активность, качество жизни, физкультурно-оздоровительная работа по месту жительства, физкультурно-оздоровительные и реабилитационные услуги.*

E.V. Antipova, Ph.D., assistant professor[1],
V.A. Antipov, Ph.D.[2], **R.V. Kurguzov**[3]

ORGANIZATION OF SPORTS AND RECREATION ACTIVITIES BY PLACE OF RESIDENCE OF THE POPULATION IN THE MEGAPOLIS

[1]Federal State Budget Institution «Saint-Petersburg Scientific Culture Institute for Physical Culture», Saint-Petersburg, Russia, e-mail: tomilina@mail.ru
[2]St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Saint-Petersburg, Russia
[3]Federal State Budget Institution «Saint-Petersburg Scientific Culture Institute for Physical Culture», Saint-Petersburg, Russia

Abstract. *The article discusses the conditions for the development of sports and recreation activities by place of residence of the population in the megapolis. Analyzed the ratio of the number of people involved in systematic physical training and sports in various age categories. Determined the directions of providing health and rehabilitation services at the place of residence of the population.*

Keywords: *physical activity, quality of life, sports and recreation activities in the community, fitness, health and rehabilitation services.*

Современный уровень здоровья россиян диктует необходимость принятия неотложных мер по увеличению физической активности населения, развитию физкультурно-оздоровительной и адаптивной работы среди населения. В первую очередь это касается населения мегаполисов, где даже бытовая двигательная активность сведена к минимуму.

Вместе с тем, здоровье всех категорий населения продолжает ухудшаться. В частности, не менее 60% школьников и молодежи имеют проблемы со здоровьем, практически здоровыми считаются лишь 14% старших школьников. Кроме того, 40% допризывной молодежи не могут выполнить минимальные нормативы физической подготовки, и не отвечают требованиям для службы в армии [6].

Примерно 80% лиц, достигших возраста старше трудоспособного, страдают хронической патологией. При этом на одного пациента старше 60 лет приходится 4-5 хронических неинфекционных заболеваний, что резко снижает не только качество жизни этой возрастной категории людей, но и ускоряет процесс их старения. По статистике, только в 2% случаев старение является биологическим процессом, а в 98% - преждевременным. Возрастают и затраты на медицинскую помощь. В частности, лечение пациентов от 70 лет и старше стоит в 7 раз дороже, чем медицинская помощь пациентам в возрасте от 16 до 64 лет [5].

Малоподвижный образ жизни ведет к большинству сердечно-сосудистых заболеваний, болезням суставов, ряду онкологических заболеваний. Так, эксперты Американской кардиологической ассоциации (American Heart Association – AHA) пришли к выводу о том, что при сидячем образе жизни, который вреден сам по себе, человек расходует до 1,5 MET (метаболических эквивалентов), при выполнении легкой неинтенсивной работы по дому – до 2,5 MET, а при физической активности – от 3 MET и более. Сидячий образ жизни является ведущим фактором риска смертности, и уступает по значимости только курению [7]. Если раньше объем физической активности у детей школьного возраста достигался за счет естественной двигательной активности, то с появлением компьютерных игр и Интернета и он сократился до минимума.

Таким образом, вовлечение россиян, особенно жителей мегаполисов, в систематические занятия физическими упражнениями и спортом является задачей государственной важности.

Наиболее приоритетным направлением является оказание физкультурно-оздоровительных услуг по месту жительства населения. Это обусловлено следующими факторами: шаговой доступностью населения к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом по месту жительства; разрушением системы физкультурно-оздоровительной работы спортивных клубов и коллективов физкультуры промышленных предприятий, организаций и учреждений различных отраслей народного хозяйства; невозможностью для большинства населения оплаты физкультурно-спортивных услуг, предоставляемых коммерческими спортивными сооружениями, фитнес-центрами, клубами и т.д.

Для такого мегаполиса как Санкт-Петербург характерен фактор, тормозящий развитие физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства: если в России на конец декабря 2015 г. в муниципальной собственности находилось 78% спортивных сооружений [4], то в Санкт-Петербурге данный показатель оставлял лишь 0,7%! Основная доля спортивных объектов (76,0%) принадлежит городу (табл.1).

Следовательно, одним из основных факторов развития физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства является развитие материально-технической базы, принадлежащей муниципалитетам, а также предоставляемой муниципалитетам на безвозмездной или льготной основе другими собственниками спортивных сооружений.

Таблица 1

Характеристика спортивных сооружений различной направленности г. Санкт-Петербурга по формам собственности [1]

Форма собственности спортивных сооружений	Количество спортивных сооружений, ед.	Доля спортивных сооружений в общей численности, %
Федеральная собственность	503	7,8

Форма собственности спортивных сооружений	Количество спортивных сооружений, ед.	Доля спортивных сооружений в общей численности, %
Собственность Санкт-Петербурга	4 892	76,0
Муниципальная собственность	44	0,7
Частная собственность	999	15,5
Всего	6 435	

Существующие физкультурно-оздоровительные услуги по месту жительства имеют некоторую хаотичность их предоставления и не охватывают все возрастные категории населения. В частности, анализ видов спорта, культивируемых в Санкт-Петербургском государственном бюджетном учреждении «Центр физической культуры, спорта и здоровья «ЦАРСКОЕ СЕЛО» Пушкинского района, показал, что школьникам предлагается 7 видов спорта, причем с 7 лет – футбол, а хоккей почему-то с 12 лет; с 8 до 12 лет – лыжные гонки, но для подростков с 13 лет и людей более старшего возраста этот вид спорта в перечне уже не значится. В категориях «молодежь» (в возрасте от 14 до 30 лет) и «взрослые» в возрасте от 31 года и старше) определенной политики в развитии сети физкультурно-оздоровительных услуг не прослеживается: какие-то группы занимающихся ограничены 18-летним возрастом (баскетбол, легкая атлетика), какие-то имеют нижнюю возрастную границу от 20 лет (волейбол) или от 17 лет (шахматы). Категорию «взрослые» выделить не представляется возможным, т.к. возрастные границы «и старше» обозначены в категории «молодежь». Понятно, что состав занимающихся приведен по факту, однако данные свидетельствуют о тех резервных возможностях, которые не реализованы государственным бюджетным учреждением «ЦФКСЗ «Царское село».

Центр развивает еще 4 адаптивных вида спорта для людей с ограниченными возможностями здоровья, без ограничения по возрасту. Говоря о необходимости развития физкультурно-оздоровительной и спортивной работы по месту жительства населения, нельзя забывать о важности ее такого особого направления как адаптивная физическая культура и адаптивный спорт. В России насчитывается 12,8 млн. инвалидов, из которых 65% - люди пенсионного возраста, 30,4% - трудоспособного возраста и 4,6% составляют дети-инвалиды. Количество вовлеченных в адаптивную физическую культуру (АФК) и адаптивный спорт, в совокупности составляет 5% в общей численности рассматриваемой категории населения [3]. Физическая реабилитация для людей данной категории является жизненно важной, т.к. укрепляет состояние здоровья, повышает качество их жизни, увеличивает коммуникативность, способность самообслуживания и т.д. (табл. 2).

Таблица 2

Виды спорта, культивируемые в Санкт-Петербургском государственном бюджетном учреждении «Центр физической культуры, спорта и здоровья «ЦАРСКОЕ СЕЛО» Пушкинского района

Виды спорта и физической активности	Возрастные категории, лет		
	Дети от 0 до 13	Молодежь от 14 до 30	Взрослые от 31 года и старше
Американский футбол	-	14-17	-
Баскетбол	9-13	14-18	-
Волейбол	-	от 20 лет и старше	
Легкая атлетика	10-13	14-18	-
Лыжные гонки	8-12		-
Пауэрлифтинг	от 10 лет и старше		
Полиатлон	12-13	от 14 лет и старше	

Виды спорта и физической активности	Возрастные категории, лет		
	Дети от 0 до 13	Молодежь от 14 до 30	Взрослые от 31 года и старше
Стрельба из лука	13	от 14 и старше	
Футбол	7-13	14; от 18 лет и старше	
Шахматы	-	От 17 лет и старше	
Хоккей с шайбой	12-13	от 14 лет и старше	
Адаптивный спорт			
Легкая атлетика	лица с ограниченными возможностями здоровья без ограничения по возрасту		
Пилатес			
Стрельба из лука			
Шахматы			

Еще одно направление физкультурно-оздоровительной и реабилитационной работы по месту жительства – гериатрическая помощь.

Устойчивый рост численности пожилых россиян старше трудоспособного возраста, опередил рост общей численности населения страны в 2006-2015 годах на 18%. Если общая численность населения России за указанный период возросла на 2%, то пожилое население увеличилось на 20%.

Глобальной проблемой в превентивной гериатрии является низкая физическая активность людей пожилого и старческого возраста. Например, в Санкт-Петербурге в возрастной категории населения «60 лет и старше» в систематические занятия физическими упражнениями и спортом в 2013 году было вовлечено лишь 3,9% от общей численности занимающихся, а по России этот показатель составил всего 1,8% [1; 2]. Проведенный пилотный социологический опрос в рамках международного проекта по гериатрии показал, что среди женщин в возрасте 60 лет и старше физической активности уделяют внимание на 8,3% респондентов меньше, чем мужчины старшей возрастной категории, в т.ч. в два раза меньше женщин делают утреннюю зарядку, в 1,3 раза меньше самостоятельно занимаются физическими упражнениями, но в 1,3 раза больше женщин отдают предпочтение пешим прогулкам. Необходимо также отметить, что работа на дачном участке является сезонной физической нагрузкой. Уровень физической активности в этом случае зависит от времени года, и вне дачного сезона лишь 52,9% людей в возрасте 60 лет и старше уделяют физической активности должное внимание. Обращает на себя внимание и тот факт, что в числе респондентов не оказалось людей, посещающих организованные занятия физическими упражнениями (табл. 3). Вместе с тем, опрос показал, что методами самоконтроля владеют лишь 61,8% респондентов. Почти каждый пятый опрошенный (17,6%) не контролирует свое давление и частоту сердечных сокращений; 32,4% респондентов делают это редко.

Таблица 3

Фактическая физическая активность лиц старше трудоспособного возраста (по данным социологического опроса, проведенного в Санкт-Петербурге в 2016 г. в рамках международного проекта по гериатрии), n=34 чел.

Формы физической активности	% занимающихся в возрасте 60 лет и старше	в т.ч. среди мужчин	в т.ч. среди женщин
Утренняя зарядка	11,8	18,2	8,7
Организованные занятия (группы здоровья, АФК и пр.)	нет	нет	нет
Пешие прогулки	32,4	27,3	34,8
Самостоятельные занятия физическими упражнениями	38,2	45,4	34,8
Работа на дачном участке	32,4	34,4	30,4
Не занимаются никакими формами физической активности	14,7	9,1	17,4

Еще одно направление организации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства населения – создание групп по подготовке к тестовым испытаниям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и проведение самих тестовых испытаний. Понятно, что подготовку к сдаче нормативов ГТО учащиеся будут проходить по месту учебы; дети дошкольного возраста - в ДОУ. Но для детей, не посещающих ДОУ, взрослого трудоспособного населения и населения старше трудоспособного возраста группы ГТО необходимы по месту жительства.

Создание физкультурно-оздоровительных и реабилитационных услуг по месту жительства требует применение государственного менеджмента, четкой стратегии развития сектора отрасли непроизводственной сферы. Объем работы в резерве огромный: развитие материально-технической базы, конкретизация групп потребителей услуг, определение перечня предоставляемых услуг для каждой группы потребителей, установление ценовой политики для потребителя (бесплатные услуги, льготные, бюджетные, коммерческие), подготовка и переподготовка физкультурных кадров, научно-методическое и медицинское обеспечение, проведение агитационно-пропагандистской работы и профилактико-образовательного курса по факторам риска здоровью, основам занятий физическими упражнениями и спортом, правилам страховки и самоконтроля.

Библиографический список:

1. Государственная программа Санкт-Петербурга «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге на 2015-2020 годы»: Приложение к постановлению Правительства Санкт-Петербурга от 23.06.2014 № 498. – 167 с.

2. Доклад о развитии массового спорта и физического воспитания населения / Совет при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта. Рабочая группа. – 2014. – 182 с. – [Электронный ресурс]. – URL: http://fizvosp.ru/assets/media/4d/ca/1458.pdf. - Дата обращения: 21.06.2016.

3. Отчет о ходе реализации государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» за 2014 год. – [Электронный ресурс]. – URL: http://www.minsport.gov.ru/activities/reports/. - Дата обращения: 16.02.2016.

4. Сводный отчет по форме федерального статистического наблюдения №1-ФК «Сведения о физической культуре и спорте» за 2015 год. – [Электронный ресурс]. – URL: http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/. – Дата обращения: 8.04.2016.

5. Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года. – 44 с. - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 5 февраля 2016 г. № 164-р. - [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.rosmintrud.ru/docs/government/173. - Дата обращения: 12.05.2016.

6. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года. - [Электронный ресурс]. - URL: http://docs.cntd.ru/document/902169994. - Дата обращения 1.10.2014.

7. Sedentary Behavior and Cardiovascular Morbidity and Mortality / A Science Advisory From the American Heart Association. – URL: - http: //circ.ahajournals.org/content/early/2016/08/12/CIR.0000000000000440/ - Date of access: 2016.09.18.

И.М. Мокеев, д.п.н., профессор,
Г. М. Максимов, доцент; Е.Г. Мокеева, д.м.н., профессор

РАЦИОНАЛЬНАЯ СТРУКТУРА ЭТАПА ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ САВАТИСТОВ

Уфимский Государственный Авиационный Технический Университет (УГАТУ),
г. Уфа, НГУ им. П.Ф. Лесгафта

Аннотация. Настоящим исследованием дополнены данные о методике подготовки, тренировочной нагрузке и способах ее организации на предсоревновательном этапе. Установлены связи между параметрами тренировочных нагрузок и уровнем подготовленности саватистов к соревновательной деятельности.

Ключевые слова: этап предсоревновательной подготовки, модели тренировочных воздействий и подготовленности.

I. M. Mokeev, Ph. D., Professor, G. M. Maksimov, associate Professor,
E. Mokeeva, M. D., Professor

RATIONAL STRUCTURE OF THE PRECOMPETITIVE STAGE OF TRAINING OF HIGHLY QUALIFIED ZAPATISTAS

Ufa State Aviation Technical University (USATU), Ufa, NSU them. P. F. Lesgaft

Abstract. This study supplemented the data about training, training load and methods of its organization at the precompetitive stage. Links have been established between parameters of the training loads and the level of preparedness of Zapatistas to competitive activity.

Keywords: precompetitive stage of training, models of training effects and fitness.

Среди множества проблем отечественного савата в настоящее время наиболее злободневная — оптимизация предсоревновательной подготовки. И это не случайно: российские саватисты не побеждали командой на чемпионатах мира, и одна из главных причин этого — выход на ринг и ведение решающих поединков многими нашими ребятами в состоянии не наилучшей готовности к ним, т. е. не в форме.

За этот период сават решительно изменился по большинству направлений и показателей подготовки савата. Работая по-старому, трудно, порой невозможно, подвести спортсмена к моменту соревновательных боев в соответствующем современным требованиям состоянии спортивной формы (Буланов, 2006., Петрушин, 2006., Тарас, 2001. Мостов, 2002.)

Методика и организация исследования. Перед исследованием была поставлена цель: разработать программу подготовки квалифицированных саватистов на предсоревновательном этапе. Решение представлялось так: на основе изучения опыта подготовки квалифицированных саватистов, отбора и критического анализа наиболее удачных вариантов разработать общие рекомендации по ведению подготовки спортсменов на предсоревновательном этапе. При этом предполагалось улучшить программу и по содержанию нагрузки (Шестаков, 2009. с. 8-10, Мостов, 2002. с. 22-24) и по ее построению в недельных циклах (Мокеева, 1989. с..51-52). В процессе исследования (первое направление) проанализированы по построению и содержанию предсоревновательные этапы подготовки у 20 саватитстов высших разрядов с использованием методологии качественно-количественного анализа, предложенной А. В. Черняком и адаптированной к боксу в ряде публикаций (Викторов, 1976. с. 38, Мокеев, 1989. с. 48).

Изучению подверглись: 1-соотношения параметров объема парциальных нагрузок (в минутах «чистого» времени - объем нагрузки складывался только из чистого времени работы в основной части тренировочного времени, а интенсивность определялась в относительных величинах по шкале, разработанной И. Викторовым, Ю. Никифоровым и А. Черняком (1976)) общей физической подготовки (ОФП), специально-подготовительные упражнения (СПУ), упражнения на снарядах (УнаС), совершенствование технико-тактического мастерства (СТТМ), вольные бои и спарринги (ВБС); 2-соотношения параметров усредненной относительной интенсивности нагрузки (УОИ) в указанных группах упражнений; 3) - распределения объема и интенсивности суммарной нагрузки по недельным циклам; 4) - распределение объема суммарной и парциальной нагрузок по зонам интенсивности.

По результатам выступления на соревнованиях саватисты были разделены на две группы: с успешным и неуспешным выступлением. В качестве критериев разделения приняты: а) занятое место; б) оценка качества своего выступления спортсменом; в) оценка качества выступления тренером. В группу успешно выступивших спортсменов вошли саватисты, занявшие на соревнованиях 1-3-е места и получившие по показателям б) и в) оценки 4-5 баллов. Группу неудачно выступивших составили боксеры, не попавшие в число призеров и имеющие по остальным показателям оценки ниже 4 баллов.

Анализ показал, что успешнее других выступили те спортсмены, которые выполняли либо малые суммарные объемы (от 850 до 1050 мин), либо средние (от 1050 до 1300 мин). При этом значительное количество спортсменов (более 50 %) тренировалось на средних

объемах по ОФП и специальной подготовке (СП). В группе неуспешно выступивших чаще выполнялся максимальный объем ОФП, а также большой и максимальный объем СП. Другой способ подготовки спортсменов, неуспешно выступивших на соревнованиях, явилось то, что они выполняли большие тренировочные объемы в последнюю (четвертую) неделю. По остальным исследуемым характеристикам, в том числе и по интенсивности нагрузок, выявленные различия несущественны. Таким образом, одной из причин неудачного выступления саватистов на соревнованиях явилась повышенная степень утомления.

Вторым направлением исследования явилась экспериментальная проверка влияния тренировочных нагрузок, одинаковых по объему (1200 мин), но различных по интенсивности и распределению недельных тренировочных объемов.

Педагогический эксперимент проводился на базе спортивного комплекса Уфимского государственного авиационного технического университета со студентами курса спортивного совершенствования - перворазрядниками, кандидатами в мастера и мастерами спорта. Саватисты были отобраны в группы в соответствии с квалификацией и собственным весом. Для них был запланирован этап «выравнивающей» тренировки длительностью 4 недели, после чего проведены контрольные соревнования для оценки соотношения сил групп, которое несколько сложилось в пользу 2-й группы.

В 1-й группе (10 спортсменов) интенсивность общей нагрузки составила в среднем 68 % от максимально возможной, во 2-й группе (10 спортсменов) - 74%. Интенсивность парциальных нагрузок (в отдельных группах упражнений) была запланирована в соответствии с интенсивностью общей нагрузки. Объем суммарной нагрузки изменялся по недельным циклам в 1-й группе и по 1-му варианту, т. е. с выполнением максимального объема в первую неделю с постепенным уменьшением его к четвертой (33, 27, 23, 17% от месячного объема). Во 2-й группе - по 1-3-му вариантам (максимальный объем в первую неделю, близкий к максимальному в третью неделю - 33, 23, 27, 17%).

Соотношения объема парциальных нагрузок и динамики УОИ суммарной нагрузки по неделям в обеих группах были одинаковыми. Затраты тренировочной работы составили: на ОФП - 36% суммарного объема, СПУ - 24%, УнаС - 16 %, СТТМ- 16%, УБ - 4%, ВВС - 4%. Интенсивность недельных нагрузок изменялась по 4-му варианту (начиная с первой недели постепенно возрастала в 1-й группе от 60 до 82%, во второй - от 66 до 85%). Почти в каждой неделе предусматривалась значительная доля тренировочной работы с большой интенсивностью (41-48% от общего объема), что характерно для большинства средств тренировки (за исключением ОФП и ВБС). Распределение объема суммарной нагрузки по зонам интенсивности указано в табл. 1.

Таким образом, основное отличие в планировании нагрузок заключалось в том, что для спортсменов 2-й группы предусматривалась повышенная интенсивность и более поздняя реализация большого объема (за неделю до соревнований). С целью получения дополнительной информации об эффективности тренировочного процесса регистрировались педагогические, медико-биологические и психофизиологические показатели сторон подготовленности спортсменов по ряду тестов.

Скоростные качества определялись количеством ударов, наносимых по платформе в течение 60 с. кол-во серий и в течение 10 с. кол-во ударов (Никифоров,1987. с. 66); быстрота двигательных реакций (простой и сложной) и точность реагирования на движущийся объект - с помощью реакциомера, позволяющего измерять латентное время реакций и «чувство времени», объем распределения внимания - отысканием чисел по таблицам Шульта, общая физическая работоспособность - по тесту PWC170, специальная физическая работоспособность - величиной ЧСС на специализированную стандартную нагрузку (прыжки со скакалкой в течение 3 мин).

Таблица 1.

Распределение объема тренированной нагрузки по зонам интенсивности

Группы испытуемых	Группы упражнений	Зоны интенсивности					Параметры нагрузки	
		1-я	2-я	3-я	4-я	5-я	Объем %	УОИ %
первая	ОФП	12	31	40	17	4	36	60
	СПУ	10	29	31	22	8	24	64
	УнаС	-	-	12	43	45	16	79
	СТТМ	-	-	20	46	34	16	73
	УБ				60	40	4	90
	ВБС	-	-	-	50	50	4	82
	СП	4	10	18	38	30	64	73
	Суммарный объем	7	18	26	30	19	100	68
вторая	ОФП	4	25	43	22	36	36	66
	СПУ	2	25	32	28	13	24	71
	УнаС	-	-		28	65	16	84
	СТТМ	-	-		42	51	16	80
	УБ			-	40	60	4	93
	ВБС	-	-		38	62	4	85
	Суммарный объем	2	15	25	29	19	100	74

Физическое состояние, активность и настроение (ФСАН) определялись по карте (Никифоров, 1977. с. 38), функциональное состояние дыхательной системы - по длительности задержки дыхания на выдохе, эффективность соревновательной деятельности - по методике О. П. Фролова.

Последующий анализ показал, что саватисты 1-й группы успешно справились с заданной нагрузкой, испытывая при этом хорошее настроение и желание тренироваться. Спортсмены 2-й группы не смогли справиться с высокоинтенсивной работой. Наиболее заметным оказалось у них снижение уровня интенсивности в 3-й и 4-й неделях. Существенное недовыполнение объема нагрузки (9%) выявлено в 5-й зоне интенсивности (околомаксимальной и максимальной). Недовыполнение высокоинтенсивных нагрузок по 2-й группе отразилось на величине УОИ за этап. Запланированная разница УОИ между группами была 5%, по фактическому выполнению нагрузок она составила 3%.

Динамика характеристик состояния саватистов приведена в табл. 2. После завершения эксперимента в 1-й группе произошло улучшение большинства показателей состояния спортсменов, за исключением сложной двигательной реакции и отдельных показателей эффективности соревновательной деятельности. Улучшения по отдельным показателям составили от 3 до 67%. Во 2-й группе положительные и значительные изменения выявлены по меньшему количеству тестов и в меньшей степени.

В боях саватисты 1-й и 2-й групп на контрольных соревнованиях, проведенных по окончании эксперимента, спортсмены 2-й группы выглядели более усталыми, психически утомленными, проявляли меньшее желание выигрывать, бои вели с низкой плотностью боевых действий и в итоге уступили по абсолютному большинству контрольных оценок (за количество ударов за бой в каждом раунде, технико-тактическое разнообразие, подвижность, эффективность защитных действий и др.).

Данный подход организации предсоревновательной подготовки использовался в работе с квалифицированными саватистами в период подготовки:

- к чемпионатам Республики Башкортостан и России.

Таблица 2.

Изменение показателей состояния спортсменов от исходного уровня по недельным циклам в 1-й 2-й группах

Тесты	Первая группа			Вторая группа		
	Исх. уровень абсолютного значения	2я нед-я	4-я нед-я	Исх. уровень абсолютного значения	2-я нед-я	4-я нед-я
Простая реакция, мс	184	12	24	163	3	3
Сложная реакция, мс	244	-28	2	254	5	8
РДО, мс	53,5	14,5	21,9	56,4	23	34
Чувство времени, мс	72,4	17,2	33,1	60,9	13,3	18,9
Объем внимания, с	49	3	13	42	0	-1
Время задержки дыхания, с	21	4	14	21	5	14
Пульс-сумма восстановления	337	43	28	371	19	15
Количество ударов за 10 с	68	21	32	74	21	25
Количество серий за 60 с	28,7	2	8,6	29,5	6,8	5,7
PWC, (кгм/мин)/кг	21,4	-	0,7	20,6	-	-1,5
Количество ударов за 5р. по 2м.(рук/ног)	р265 н334	7 7	44 31	р271 н330	41 30	34 32

Выводы и рекомендации

1. Разработанный и описанный подход можно рекомендовать практике савата по главной, отвечающей требованиям современного спорта причине: все параметры и мероприятия тренировочной работы представлены количественно, что делает возможным конкретный расчет процесса и четкий контроль за его течением.

2. Параметры рекомендуемой программы подготовки квалифицированного саватиста на предсоревновательном этапе имеют следующие количественные выражения: а) объем и усредненная относительная интенсивность суммарной тренировочной нагрузки соответственно равны 1200 мин чистого времени и 68% тренировочной интенсивности от максимального уровня; б) относительные значения (в %) объема и интенсивности нагрузки в шести группах упражнений -ОФП, СПУ, УнаС, СТТМ, УБ и ВБС (объем составляет соответственно 36, 24, 16, 16, 4, 4%; УОИ нагрузки соответственно - 60, 64, 79, 73 , 90 82%); в) противоположная динамика основных параметров нагрузки по недельным циклам (объем нагрузки уменьшается по 1-му варианту распределения, интенсивность нагрузки возрастает по 4-му варианту распределения); г) скачкообразная и противоположная динамика объема и интенсивности тренировочных занятий.

3. Ведение контроля в процессе работы предполагает наличие (организацию получения) следующей информации:

- параметров программы (продолжительности интервалов работы и отдыха, частоты сердечных сокращений);
- характеристик состояния саватиста, изменяющихся в течение недели (показатели пространственно-временной антиципации, быстроты реагирования, распределения внимания), двух недель (показатели общей и специальной работоспособности);
- характеристик соревновательной деятельности (количество ударов за период времени, на разных дистанциях, в различных тактических формах работы, «чувство дистанции», «чувство момента атаки», подвижность, эффективность защитных действий).

4. Динамика контрольных показателей (вывод 3) служит основанием и указывает направления индивидуальной работы тренера со спортсменом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Буланов С.О. Особенности содержания технической, тактической, физической и психологической подготовки во французском боксе сават [текст]: автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.04 / СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2006. - 21 с.
2. Викторов И. Б., Никифоров Ю. Б., Черняк А. В.-М.: ФиС, 1976, С. 37-38.
3. Никифоров, Ю.Б. Эффективность тренировки боксеров/ Ю.Б. Никифоров // Бокс: ежегодник.- М.: Физкультура и спорт, 1987.- С.191
4. Никифоров Ю.Б., Худадов Н.А .Определение и регуляция психофизического состояния боксеров на основе самооценок/Ю.Б. Никифоров//Бокс:ежегодник.М..: Физкультура и спорт, 1977. С.38-41.
5. Мостов А.Г., Таймазов В.А. Сават поношенный башмак. СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта.- СПб., 2002.-119с.
6. Петрушин, А. А. Техническая, тактическая и психологическая подготовка/ Монография, - СПб.: Астероин, 2006. - 178с.
7. Шестаков, К.В. Построение тренировки кикбоксеров-юниоров высших разрядов на этапе предсоревновательной подготовки [текст]: автореферат дис. ... кандидата педагогических наук: 13.00.04 / СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2009. - 24 с.
8. Тарас А.Ф. Французский бокс сават (история и техника). – Минск, изд-во «Харест», 2001.- 302 с.

УДК 796

М.В. Гаврилик, В.В. Сачковская

ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ

Полесский государственный университет, г. Пинск, Республика Беларусь, marina.gavrilik@rambler.ru

Аннотация. Статья посвящена проблемам развития мелкой моторики *детей 5–6 лет с нарушением речи. Мелкая моторика – это двигательная деятельность, которая обуславливается скоординированной работой мелких мышц руки и глаза. Мелкая моторика рук находится в тесной взаимосвязи со степенью созревания центральной нервной системы, развития умственных способностей, речи, письма.*

Ключевые слова: *дошкольники, нарушение речи, мелкая моторика.*

M. Huyrilik, V. Sachkovskay

THE PECULIARITIES OF PHYSICAL EDUCATION FOR THE DEVELOPMENT OF FINE MOTOR SKILLS PRESCHOOL CHILDREN WITH ARTICULATION DISORDERS

Pinsk, Republic of Belarus, Polessky State University, marina.gavrilik@rambler.ru

Annotation. *The article is concerned with the problems of fine motor skills development among children of 5-6 years with articulation disorders. Fine motor skills include motor activity which is determined by coordinated performance of hand muscles and eyes. Fine motor skills heavily tied to the maturity of central nervous system, brain building, speech and writing skills.*

Key words: *preschool children, articulation disorders, fine motor skills.*

Своевременное формирование двигательных функций является одним, из основных условий нормального физического и нервно-психического развития ребёнка. Запаздывание в развитии двигательных функций оказывает негативное влияние на психо-физическое развитие ребенка в целом. Следует учесть, что, хотя к концу младенчества основные двигательные системы, необходимые для адаптации ребёнка к окружающему миру, уже сформированы интенсивное развитие двигательных функций продолжается на протяжении всего раннего и дошкольного. [1, с. 167].

У дошкольников с речевыми нарушениями отмечается выраженная в разной степени общая моторная (двигательная) недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев рук. Изучая эти нарушения, учёные пришли к выводу, что у таких детей плохая координация движений, у них наблюдается неуверенность в выполнении дозированных движений. Дети нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Можно выделить двигательные нарушения, являющиеся характерными для всех детей с речевой патологией: отставание в физическом развитии, несформированность техники в основных видах движений. Особенно заметно несовершенство мелкой моторики рук, зрительно–моторной координации, что тормозит формирование у детей графомоторных навыков. Но один и тот же логопедический диагноз далеко не всегда сопряжён с одними и теми же двигательными нарушениями у детей, а потому он не может являться основанием дифференциации и индивидуализации педагогического процесса по физической культуре. Несмотря на то, что коррекционно-педагогическая работа в специализированных дошкольных учреждениях логопедического направления связана со своевременным исправлением дефектов речи, а в связи с этим и мелкой моторики, количество нарушений не уменьшается, а растёт с каждым годом. Проблема сохранения здоровья детей-логопатов является достаточно актуальной. В этой связи неоценима роль адекватно подобранных физических упражнений, способствующих развитию двигательных и психомоторных процессов. [2, с. 56]

Целью исследования явилось теоретическое и экспериментальное обоснование коррекционно-развивающей программы совершенствования мелкой моторики дошкольников 5-6 лет с нарушением речи.

Методы исследования: анализ научно–методической литературы; анализ медицинских и логопедических карт дошкольников, педагогическое наблюдение; тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Результаты исследования. На основе предварительных исследований и теоретического обоснования была разработана программа занятий физической культурой для дошкольников с нарушением речи, отличительной чертой которой являлся дифференцированный подход, позволяющий оказывать акцентированное воздействие на мелкую моторику. Педагогическое воздействие было в большей степени направлено на развитие мелкой моторики, кроме того, в группах детей с нарушением речи большое внимание должно быть уделено блокам упражнений на расслабление и развитие тактильно–кинестетической способности рук. В структуре занятия по физическому воспитанию совершенствование мелкой моторики происходило за счет вариативной части программы. Упражнения из блоков по видам направленности присутствовали в каждой из частей (подготовительной, основной, заключительной), не превышая 12-15 минут от общего времени. Таким образом, используемые упражнения не нарушали структуру занятия и планируемые программные задачи. Важным методическим положением при составлении программы явилось использование физических упражнений в сочетании с проговариванием стихов, а также использование упражнений, развивающих речевую моторику. Применение логопедического материала проходило по принципу концентрического наращивания и включало в себя все разделы ежегодно изучаемых лексических тем (времена года, сбор урожая, новогодний праздник, зимующие птицы и т.д.).

Следующей особенностью применения разработанной программы явилось использование в программе совершенствования мелкой моторики у детей с нарушением речи большого количества различных предметов. Внимание уделялось использованию предметов, имевших неоднородную поверхность. Что способствует активизации работы тактильных рецепторов, сенсорно обогащает палитру мануальной чувствительности. Практически все упражнения в блоках предполагали манипуляции предметами (мячи разных диаметров, скакалки, обручи, флажки, кегли, гимнастические палки, погремушки, ленты и т.д.).

Учитывая тот факт, что дети с нарушением речи быстро пресыщаются любым видом деятельности, характеризуются раздражительностью, эмоционально не устойчивы и слоны

к быстрой смене настроения, объяснение проводилось в более конкретной и подробной форме, используя сюжетный характер, образные примеры, привлекая внимание к наиболее важным деталям. На разучивание новых движений затрачивалось большее количество времени, с обязательным повтором в последующих физкультурных занятиях. Значительное внимание в процессе развития мелкой моторики занимали упражнения на расслабление. Известно, что у детей с нарушением речи замедленный темп биологического развития, отмечается более низкий уровень развития физических качеств, чаще выявляется неблагоприятный тип реакции различных систем организма на физическую нагрузку. Поэтому количество повторений упражнений для детей с нарушением речи сокращалось на 2-4 раза по сравнению с общепринятыми нормами для здоровых дошкольников.

В процессе педагогического эксперимента разработанная программа была апробирована, эффективность ее применения достаточно высока, о чем свидетельствуют темпы прироста изучаемых показателей, варьирующие по результатам разных тестов в пределах от 10 до 37%.

Список использованных источников

1. Выготский, Л.С. Проблемы дефектологии: Сб. тр. / Сост., авт. вступ. и библ. Т.М.Лифанова. Авт. ком- мент. М.А.Степанова. – М.: Просвещение, 1995. – 527 с.

2. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура: учебн. пособие. – 2–е изд., стереотип. / С.П.Евсеев, Л.В.Шапкова – М.: Советский спорт, 2004. – 240 с.

Kojima, Hidetoshi; P. N. Pasyukov

MINI-VOLLEYBALL IN JAPANESE: INTERNATIONAL

The Japan Association of mini-volleyball (Taiko, Japan),
Sakhalin state University, Yuzhno-Sakhalinsk, Russia, petr.pasyukov@mail.ru

Summary. Sport – a part of world culture which is able to give pleasure and joy for each person. Thanks to it the sport became the bridge of the world connecting the different countries and regions. A cooperation of admirers of mini-volleyball of Japan and Russia - a basis for development of this sport as large international project and as Olympic discipline.

Keywords: mini-volleyball, international sports communication

The sports part of the world culture, which is able to deliver fun and joy to everyone. Many people in the world strive to build a healthy and spiritually rich way of life. Thanks to him, sports became a bridge of peace between different countries and regions. Sports development helps to create a society in which sports activity that best meets the need to remain engaged in a healthy body throughout life. Mini-volleyball rules of the Japan Association of mini-volleyball allows everyone anytime and everywhere to have the opportunity to join the sport in accordance with their powers, skills, Hobbies and goals. It is a sport that can be enjoyed from childhood to old age.

Petite volleyball – a game in which two teams consisting of 4 players competing on the site of 6x9 m, is divided by a net with a height of 155 cm is Played with a special ball (weight 50 grams, diameter 35 cm), hitting his hands and other body parts above the waist. The rules are simple and affordable. As in the classic volleyball, the goal is to regularly send the ball over the net and try to land it on the enemy, to prevent the landing of the ball in their court. Team is allowed three touches, including the touch block, twice in a row to hit the ball is not allowed. The ball continues until it has landed on the pad output, or error commands. In mini-volleyball, only the serving team can get point. Team wins a set, first gaining 11 points. Team wins a match by winning 2 sets. The bugs in the game are considered to be four hits, illegal hit: ball touches a player below the belt, delay the ball (throw), double-tap, the game on the enemy side, touch mesh screening: the players of the serving team must not prevent an opponent from closing the supply and the trajectory of the ball blocking the flow, everything else does not go beyond the official volleyball rules [6]. The birthplace of mini-volleyball is a Japanese city Secretly. (Hokkaido, Japan). The motto of mini-volleyball - meet-

ing, reciprocity and understanding, born in 1972, is able to cover a very wide range of participants in this sport.

The starting point for the development of the Japanese mini-volleyball in Russia is the Sakhalin state University. Every year, since 2002, the area of distribution of mini-volleyball in Russia, with the assistance of the Japan Association of mini-volleyball becomes wider, more and more people can do their favourite thing to play mini-volleyball in a comfortable and safe environment, to participate in competitions, including international. Every year an increasing number of people in different countries, playing mini volleyball, providing themselves the opportunity to exercise and make new friends. Many people have realized how interesting and exciting to play mini-volleyball, to organize competitions, to support its development at local, regional and international level. The game proved to be excellent for physical education classes, physical education classes in preschool children. It develops among the older and elderly. The game is useful and accessible to people with disabilities and people with disabilities. Fans of the classic volleyball use it for initial learning the tricks of the game. Mini-volleyball promotes mutual trust and understanding between citizens of Russia and Japan in the field of culture and sport [1].

The possibility of mini-volleyball for physical perfection of the person, development of friendship and understanding between the peoples of the received high rating from participants of the international Congress "People, sport and health" (St. Petersburg, 2011), a number of other international conferences and seminars in Russia and Japan [4].

Specific functions of mini-volleyball lies in its properties, allowing, first of all, to satisfy natural human needs in motor activity, to optimize on this basis, the physical condition and development of the body accordingly to the laws of health and to provide the physical capacity needed in life: Educational function: use in the General system of education for the formation of vital motor abilities, sport - technical skills and related knowledge, development of physical qualities, i.e. as a factor in physical education. Application function: use in the system of special training for work as a factor of professional - applied physical training.

A sports function: the factor of success in the implementation of physical and directly related to them. Participation in friendly matches, blitz-tournaments, Cup competitions or prize, Championships, exhibition performances Recreational function: use in the field of leisure, recreation, delivers along with restoration a pleasure. Factor to combat fatigue, the emotional Satisfaction of queries and exercise the emotional-mental sphere of the person Wellness-rehabilitation function: the use of special remedial measures, an important factor to combat fatigue, and restore lost functionality of the body. A means to combat physical inactivity.

Nonspecific features in mini-volleyball finds expression in purposeful use of it as a factor to achieve the harmonious development of the personality: Aesthetic, moral, intellectual functions: the satisfaction of the needs of people in physical perfection, health, General harmonic development. The harmony of physical and spiritual development, the beauty of physique. The development of intellectual abilities, spiritual and moral values and qualities. Normative function: in connection with the use of mini-volleyball in society are developed and fixed certain norms that have regulatory and assessment value. As a form of rational use of free time. Information function: to perform a particular role in the accumulation, distribution and transmission from generation to generation of material and spiritual values of different cultures and peoples. The source of new facts and patterns of physical perfection of man, reflecting the role of physical education in society and sharing people. International function: has an important place in the field of human contacts, including international communication, embodying humane ideas of cooperation, friendship and peace among peoples. This contributes to the life-affirming nature of the work, the versatility of the "sports language".

Social and educational functions: actually educational purposes associated with the social orientation of the educational system. The factor of involvement of people in active social life, which gives the opportunity to feel the independence formation. Mini-volleyball is a good opportunity to communicate, to strengthen health, to develop a positive attitude to life, in a good mood.

Has a good opportunity to organize international sports exchanges between people with disabilities so that they could also live a healthy and fruitful and full of possibilities life. Considering the history of our relations, for the implementation of future mutual visits of citizens, especially young people, continue relations, I would like to wish the moral and material support, advice, and recommendations that would elevate our work to a higher level. The cooperation of fans of mini-volleyball Japan and Russia create the necessary prerequisites for the development of the sport in the long term as a major international project, and as the Paralympic discipline [2,3,5].

Be life healthy, cheerful, conduct an active way of life is not only happiness of the individual, a state which has a great influence on the vitality of society as a whole. Mini-volleyball that brought us together – an important step towards strengthening mutual trust and understanding between citizens of Russia and Japan, further development of humanitarian cooperation, designed for a long period of time.

Bibliography

1. Mini-volleyball: history, theory, practice: textbook / P. N. Pasyukov. Yuzhno – Sakhalinsk: Printing company "Kano", 2009. – 120 p

2. Mini-volleyball in Russia, his future / P. N. Pasyukov // Materials of the scientific workshop of the Association, Hokkaido mini volleyball, dedicated to the 40th anniversary of the founding and the 10th anniversary of friendly relations with Sakhalin (Sapporo, Japan, 8-9 September 2012). – Pp. 5-11.

3. Mini - volleyball in Japanese: sport for all / H. kojima, P. N. Pasyukov // Children's coach. – No. 2. – 2011. – S. 8 – 18.

4. Japanese mini-volleyball: sports for all / H. kojima, P. N. Pasyukov // People, sport and health: Materials of the V-th international Congress (Saint Petersburg, Russia, April 21-23, 2011). Edited by V. A. Taymazov's. – SPb: publishing house "Olympia" - SPb", 2011. – P. 159 – 160.

5. Japanese mini-volleyball: sports for all: international / H. kojima, P. N. Pasyukov//Theory and practice of physical culture. No. 9. – 2011. – P. 60 – 64. 6. http://japan-minivolley.ru/

Коджима Хидетоши, П.Н. Пасюков

МИНИ-ВОЛЕЙБОЛ ПО-ЯПОНСКИ: МЕЖДУНАРОДНЫЙ ПРОЕКТ

Всеяпонская ассоциация мини-волейбола, г. Тайки, Япония,
Сахалинский государственный университет, г. Южно-Сахалинск,
Россия, petr.pasyukov@mail.ru

Аннотация: спорт – часть мировой культуры, которая способна доставить удовольствие и радость для каждого человека. Благодаря этому спорт стал мост мира, соединяющий разные страны и регионы. Сотрудничество любителей мини-волейбола Японии и России - основа для развития этого вида спорта как большой международный проект и в качестве Олимпийской дисциплины.

Ключевые слова: мини-волейбол, международные спортивные связи

Kojima, Hidetoshi; P. N. Pasyukov

MINI-VOLLEYBALL IN JAPANESE: INTERNATIONAL

The Japan Association of mini-volleyball (Taiko, Japan),
Sakhalin state University, Yuzhno-Sakhalinsk, Russia, petr.pasyukov@mail.ru

Summary. Sport – a part of world culture which is able to give pleasure and joy for each person. Thanks to it the sport became the bridge of the world connecting the different countries and regions. A cooperation of admirers of mini-volleyball of Japan and Russia - a basis for development of this sport as large international project and as Olympic discipline.

Keywords: mini-volleyball, international sports communication

Спорт – часть мировой культуры, которая в состоянии доставить удовольствие и радость каждому человеку. Многие люди в мире стремятся построить здоровый и духовно насыщенный образ жизни. Благодаря ему спорт стал мостом мира, соединяющим разные страны и регионы. Развитие спорта помогает созданию общества, в котором спортивной де-

ятельностью, максимально отвечающей необходимости пребывать в здоровом теле занимаются в течение всей жизни.

Мини-волейбол по правилам Всеяпонской ассоциации мини-волейбола позволяет каждому человеку в любое время и всюду иметь возможность приобщиться к спорту в соответствии со своими силами, мастерством, увлечениями и целями. Это вид спорта, которым можно заниматься с детства до глубокой старости.

Миниатюрный волейбол – игра, в которой две команды, состоящие из 4 игроков, соревнуются на площадке 6х9 м, разделенной сеткой высотой 155 см. Играют специальным мячом (вес 50 грамм, диаметр 35 см), ударяя его руками и другими частями тела выше пояса. Правила игры просты и доступны. Как и в классическом волейболе, цель игры – регулярно посылать мяч через сетку и постараться приземлить его на сторону противника, при этом предотвратить приземление мяча на своей площадке. Команда имеет право на три касания, включая касание блока, два раза подряд ударять мяч не разрешается. Розыгрыш мяча продолжается до его приземления на площадку, выхода «за» или ошибки команды. В мини-волейболе только подающая команда может получить очко. Команда выигрывает сет, первой набрав 11 очков. Команда выигрывает матч, выиграв 2 сета. Ошибками в игре считаются четыре удара; запрещенный удар: мяч касается игрока ниже пояса; задержка мяча (бросок); двойное касание; игра на стороне противника; касание сетки; заслон: игроки подающей команды не должны мешать сопернику, закрывая подающего и траекторию мяча; блокирование подачи; все остальное не выходит за рамки официальных волейбольных правил [6].

Родиной мини-волейбола является японский город Тайки. (Хоккайдо, Япония). Девиз мини-волейбола - **встреча, взаимность и понимание**, родившийся в 1972 году способен охватить очень широкий круг участников этого вида спорта.

Стартовой площадкой для развития японского мини-волейбола в России является Сахалинский государственный университет. С каждым годом, начиная с 2002 года, область распространения мини-волейбола в России, при содействии Всеяпонской ассоциации мини-волейбола становится шире, все больше людей могут заниматься любимым делом – играть в мини-волейбол в комфортных и безопасных условиях, принимать участие в соревнованиях, в том числе международных.

С каждым годом возрастает количество людей в разных странах, играющих в мини-волейбол, обеспечивая себя возможностью упражняться и заводить новых друзей. Многие люди поняли, как интересно и захватывающе играть в мини-волейбол, организовывать соревнования, поддерживать его развитие на местном, региональном и международном уровне.

Игра отлично зарекомендовала себя на уроках физкультуры, физкультурных занятиях детей дошкольного возраста. Она развивается среди людей старшего и пожилого возраста. Игра полезна и доступна для людей с ограничениями здоровья и инвалидов. Любители классического волейбола используют её для начального обучения приемам игры. Мини-волейбол способствует укреплению взаимного доверия и понимания между гражданами России и Японии в области культуры и спорта [1].

Возможности мини-волейбола для физического совершенства человека, развития дружбы и взаимопонимания между народами получили высокую оценку участников международного конгресса «Человек, спорт, здоровье» (Санкт-Петербург, 2011г.), ряда других международных конференций и семинаров в России и Японии [4].

Специфические функции мини-волейбола заключаются, в его свойствах, позволяющих, прежде всего, удовлетворять естественные потребности человека в двигательной активности, оптимизировать на этой основе физическое состояние и развитие организма соответственно закономерностям укрепления здоровья и обеспечивать физическую дееспособность, необходимую в жизни:

Образовательная функция: использование в общей системе образования для формирования жизненно важных двигательных умений, спортивно- технических навыков и связанных с ними знаний, развитие физических качеств, т.е. как фактор физического образования.

Прикладная функция: использование в системе специальной подготовки к трудовой деятельности в качестве фактора профессионально- прикладной физической подготовки.

Спортивная функция: фактор достижения определенных результатов в реализации физических и непосредственно связанных с ними возможностей человека. Участие в товарищеских встречах, блиц-турнирах, соревнованиях на кубок или приз, чемпионатах, показательных выступлениях

Рекреативная функция: использование в сфере организации досуга, активного отдыха, доставляющего наряду с восстановлением сил удовольствие, развлечение. Фактор борьбы с утомлением Удовлетворение эмоциональных запросов и тренировка эмоционально-психической сферы человека

Оздоровительно-реабилитационная функция: использование в системе специальных восстановительных мер, действенный фактор борьбы с утомлением, и восстановление утраченных функциональных возможностей организма. Средство борьбы с гиподинамией.

Неспецифические функции мини-волейбола находят свое выражение в целенаправленном использовании ее в качестве фактора достижения гармонично развитой личности:

Эстетическая, нравственная, интеллектуальная функции: удовлетворение потребности людей в физическом совершенстве, здоровье, общем гармоническом развитии. Гармония телесного и духовного развития, красота телосложения. Развитие интеллектуальных способностей человека, духовных и нравственных ценностей и качеств.

Нормативная функция: в связи с практикой использования мини-волейбола в обществе вырабатываются и закрепляются определенные нормы, которые имеют регламентирующее и оценочное значение. Как форма рационального использования свободного времени.

Информационная функция: выполнение определенной роли в накоплении, распространении и передаче от поколения к поколению материальных и духовных ценностей разных культур и народов. Источник новых фактов и закономерностей физического совершенствования человека, отражающих роль физической культуры в жизни общества и приобщения к ней людей.

Интернациональная функция: занимает важное место в сфере межчеловеческих контактов, включая интернациональные связи, воплощая гуманные идеи сотрудничества, дружбы и мира между народами. Этому способствует жизнеутверждающий характер деятельности, универсальность «спортивного языка».

Социальная и воспитательная функция: использование в собственно воспитательных целях, связанных с социальной направленностью системы воспитания. Фактор вовлечения людей в активную общественную жизнь, что дает возможность чувствовать независимость становления.

Мини-волейбол хорошая возможность общаться, укреплять здоровье развивать позитивное отношение к жизни, хорошее настроение. Имеет хорошие возможности для организации международных спортивных обменов между людьми с ограниченными физическими возможностями с тем, чтобы они могли также жить здоровой и плодотворной и полной возможностей жизнью. Принимая во внимание историю наших взаимоотношений, для осуществления будущих взаимных визитов горожан, прежде всего молодежи, продолжения связей, хотелось бы пожелать моральной и материальной поддержки, советов и рекомендаций, которые позволили бы поднять нашу работу на более высокий качественный уровень. Сотрудничество любителей мини-волейбола Японии и России создают предпосылки для

развития этого вида спорта в долгосрочной перспективе как крупного международного проекта и как параолимпийской дисциплины [2,3,5].

Быть всю жизнь здоровым, бодрым, вести активный образ жизни – это не только счастье отдельной личности, это состояние которое оказывает большое влияние на жизнеспособность всего общества в целом. Мини-волейбол, который объединил нас – важный шаг в направлении укрепления взаимного доверия и понимания между гражданами России и Японии, дальнейшего развития гуманитарного сотрудничества, рассчитанного на продолжительный период времени.

Список литературы

1.Мини-волейбол: история, теория, практика: учебное пособие / П.Н. Пасюков. – Южно-Сахалинск: Полиграфическая компания «Кано», 2009. – 120 с.

2.Мини-волейбол в России его будущее / П.Н.Пасюков // Материалы научного семинара Хоккайдской ассоциации мини-волейбола, посвященного 40-летию основания и 10-летию дружественных связей с Сахалином (г. Саппоро, Япония, 8-9 сентября 2012 г.). – С. 5-11.

3.Мини- волейбол по-японски: спорт для всех / Х.Кодзима, П.Н.Пасюков // Детский тренер. – №2. – 2011. – С.8 – 18.

4.Японский мини-волейбол: спорт для всех / Х. Кодзима, П.Н. Пасюков // Человек, спорт, здоровье: Материалы V-го международного конгресса (Санкт-Петербург, Россия, 21-23 апреля 2011 г.). Под ред. В.А.Таймазова. – СПб: изд-во «Олимпия» - СПб», 2011. – С. 159 – 160.

5.Японский мини-волейбол: спорт для всех: международный проект / Х. Кодзима, П.Н. Пасюков //Теория и практика физической культуры. – №9. – 2011. – С.60 – 64.

6. http://japan-minivolley.ru/

УДК 7967012.68

E. Sotnichenko, A. Sotnichenko

THE SAHAJA YOGA AS AN ALTERNATIVE METHOD FOR THE PREVENTION AND TREATMENT OF ILLNESS

North Kazakhstan state University. M. Kozybayev, Petropavlovsk, Republic of Kazakhstan, wesot@mail.ru

Annotation. *The received vibration mind in the Sahaja Yoga controls the physical, mental, emotional, social and spiritual health of the person. It implements the main general health condition - treats the person as a whole. Responding to the requirements laid down in the concept of holistic medicine, the Sahaja Yoga can be an effective method of illness prevention.*

Keywords: *yoga, concept of health, vibratory consciousness*

Е.А. Сотниченко, А.С. Сотниченко

САХАДЖА ЙОГА КАК АЛЬТЕРНАТИВНЫЙ МЕТОД ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Северо-Казахстанский государственный университет им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан, wesot@mail.ru

Аннотация. *Получаемое в Сахаджа Йоге вибрационное сознание управляет физическим, ментальным, эмоциональным, социальным и духовным здоровьем человека. Оно реализует главное условие общего оздоровления - лечит человека как целое. Отвечая требованиям, заложенным в концепции холистической медицины, Сахаджа Йога может быть эффективным методом профилактики заболеваний.*

In accordance with the concept of health proposed by the WHO, it should be the definition of the physical, mental, social and spiritual expressions. Nowadays this holistic comprehensive approach to human health reflected in the formation of holistic medicine. (U.Rai, 1993). Its main principles are:

1. The approach to the individual, as a whole, in conjunction with its physical, mental, emotional, psychosocial and spiritual problems.

2. The use of alternative systems of medicine: classical Chinese, ayurveda, homeopathy, acupuncture, yoga.

3. Involvement of the patient, contribute him to take the responsibility for recovery process.

4. The health of the doctor should be an important part of interaction between him and the sick.

Experience of using a variety of alternative methods for the general improvement gained in the various countries of the world, including various types of relaxation (Eastern European art of relaxation and autogenic training system), massage techniques voluntary regulation of breathing, biofeedback, meditation - Hindu, Buddhist, "zazen" (Japan) "transcendental" (USA). A special place among these techniques takes yoga, generally it is understand as the doctrine of the management of psyche and psychophysiology of human in order to achieve higher mental states.

In recent decades, wide popularity gets Sahaja Yoga. Nearly in 90 countries numerous followers of the yoga demonstrate its healing and transformative effect. This forgotten ancient system restored in our time Sri Nirmala Srivastava. The revived method of awakening of the Kundalini and obtaining of self-realization now massively allows modifying all aspects of human life on the all levels.

With the receipt of self-realization in Sahaja Yoga starts an inner transformation - is eliminated the imbalance that causes all the problems, on change to it harmony coming. Harmony improves physical and mental health, including the work of the psychosocial norms of behavior, removes the old negative habits and contributes, ultimately, the formation of the ideal model of behavior.

The effect of the Sahaja Yoga influent on physical, spiritual and moral aspects of human confirmed by practice, as well as scientific researches in many countries.

Scientific research works carried out in India (Rai Sethi, Singh, 1994) allowed concluding that if a man is practicing Sahaja Yoga for 20 minutes daily for 16 weeks, then in his blood tests, urinalysis, electrocardiogram, electroencephalogram, in frequency breathing in the resistance of the skin and other indicators showed a statistically significant positive changes. These facts show the Sahaja Yoga influence on the activity of the autonomic nervous system (sympathetic and parasympathetic). They inhibited the activity of the sympathetic nervous system, which is generally overexcited during stress. As a result, reduced the formation of epinephrine concentration. It also reduces the concentration of lactic acid in the blood, increases the galvanic skin resistance, the percentage of alpha-activity of the back of the brain, which indicates the achievement of physical and mental relaxation. Sahaja Yoga also activates the parasympathetic nervous system activity, and thus a balance, which is key to success. After 12 weeks of training can be a stage of deep relaxation.

The uniqueness of this method was confirmed in the CIS, where it finds a growing number of supporters. We have made the study of this phenomenon as an example of working on Sahaja Yoga. Using a specially designed social and psychological treatments examined the effect of Sahaja Yoga on human life in its psychological, physiological and social aspects.

One of the research objectives was to investigate the changes in the health and state of health at the persons who practicing Sahaja Yoga. It was found that among the surveyed reduced almost three times the number of those applying to the clinic. There is a decrease in susceptibility to colds and viral diseases - the number of people, often noted at these phenomena, is reduced to 7 times. A significant improvement in health status observed in the first period of employment.

In Sahaja Yoga significantly change asthenoneurotic manifestations. Reduces the severity of symptoms such as frustration, sadness, pessimism, depression, sleep disturbance, anxiety, self-pity, headaches, anxiety. In the main mass reduced by more than an hour of sleep duration in patients with sleep disorders as it increases.

Every fourth Sahaja Yogi feels younger, and one in two do not feel old.

In the person of Sahaja Yoga suppressed many negative manifestations - jealousy, aggression, swearing it, resentment, envy, bigotry, slander, affection. Develops a number of positive qualities - a sense of security, satisfaction with life, love for everything around, balance, vitality, ability to forgive, confidence, happiness. The vast majority (95%) leading qualities are kindness and honesty.

So obtained in Sahaja Yoga vibratory consciousness controls the physical, mental, emotional, social and spiritual health. It implements the main condition of the general health - treats a person as a whole. Meeting the requirements laid down in the concept of holistic medicine, Sahaja Yoga can be an effective method of disease prevention.

Literature:

Anatoly Butsyk - Ph.D., of the Kiev Center of Sahaja Yoga. Third Ukrainian's start-practical conference on traditional and alternative medicine.

УДК 7967012.68

С.В. Гоненко

ВЛИЯНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ НАГРУЗКИ НА ДИНАМИКУ РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БОКСЕ

Республика Казахстан, г. Петропавловск, ffk2004@mail.ru

Аннотация: *современный уровень развития бокса требует поиска новых путей повышения специальной выносливости спортсменов. Предполагается, что одна и та же нагрузка с направленностью на развитие специальной выносливости будет по-разному влиять на ее изменение у боксеров. Выявлена прямо пропорциональная зависимость уровня развития общей выносливости на уровень специальной выносливости боксеров 14-15 лет. В результате проведенного исследования мы проследили динамику развития специальной выносливости у спортсменов, специализирующихся в боксе, что позволило сделать вывод об эффективности предлагаемой методики.*

Ключевые слова: *специальная выносливость, бокс, нагрузка, динамика, педагогический эксперимент.*

Gonenko S.V.

THE INFLUENCE BURDEN ON THE SPECIAL DYNAMICS OF THE DEVELOPMENT OF SPECIAL PERSISTENCE IN ATHLETES SPECIALIZED IN BOXING

Republic of Kazakhstan, Petropavlovsk, ffk2004@mail.ru

ANNOTATION. The present level of development of boxing requires a search for new ways of improving of special athletes' endurance. It is assumed that the same load with directivity on the development of special endurance will have different impacts on change of boxers' load. The directly proportional dependence of the level of general endurance at the level of special endurance of 14-15 year-boxers is revealed. As a result of the conducted research we followed the dynamics of the development of special endurance of athletes who specialize in boxing. It is possible to draw a conclusion about the effectiveness of the proposed method.

Keywords: special endurance, Boxing, load, dynamics, pedagogical experiment

Движение высокого спортивного мастерства в любом виде спортивной деятельности и, в частности в боксе, связано с уровнем развития двигательных способностей (силы, быстроты, выносливости) и эффективностью их взаимодействия. Высокий же уровень работоспособности спортивного мастерства боксера достигается на базе развития специальной выносливости.

Поединок атлетов на ринге предъявляет повышенные требования к уровню развития физических качеств у спортсменов. Одним из основных физических качеств в контактных видах единоборств является специальная выносливость, высокий уровень развития, которой создают предпосылки для достижения победы в бою.

Современный уровень развития бокса требует поиска новых путей повышения специальной выносливости спортсменов.

Гипотеза исследования: предполагается, что одна и та же нагрузка с направленностью на развитие специальной выносливости будет по-разному влиять на ее изменение у боксеров.

Объект исследования: тренировочный процесс боксеров-юношей.

Предмет исследования: динамика изменения специальной выносливости у боксеров-юношей.

Цель исследования: обоснование методики развития специальной выносливости у боксеров.

С целью решения поставленной проблемы были сформулированы следующие задачи исследования:

1.Изучить теоретико-методические положения развития специальной выносливости боксеров-юношей.

2.Изучить особенности развития специальной выносливости боксеров-юношей.

3.Разработать методику развития специальной выносливости у боксеров-юношей.

4.Экспериментальная проверка методики развития специальной выносливости боксеров-юношей.

Для решения поставленных в работе задач применялись следующие методы:

1. теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы;
2. педагогические наблюдения;
3. педагогическое тестирование;
4. педагогический эксперимент.

База исследования: СДЮСШОР «Женис» отделение бокса города Петропавловска.

Исследования проводились с 2014 по 2016гг. включали в себя следующие два этапа.

Первый этап – формирование основного направления работы. Теоретический анализ имеющейся литературы и ее обобщение, формирование на этой основе концептуальных подходов к решению выдвинутой гипотезы, поставленных задач и выбор основных методов и разработка методики развития специальной выносливости боксеров-юношей. Определение предмета и объекта исследования.

Второй этап – педагогический эксперимент. В педагогическом эксперименте изучали закономерности развития специальной выносливости и выяснения эффективности предложенной методики.

Для проведения эксперимента были сформированы 2 группы (экспериментальная и контрольная) из числа боксеров юношей 14-15 лет занимающихся СДЮШСШОР «Женис» в отделение бокса города Петропавловска. В состав каждой группы вошло по 8 человек (n=16), имеющих по результатам выполнения комплекса контрольных упражнений в среднем одинаковый уровень специальной выносливости.

Контрольная и экспериментальные группы боксеров выполняли на учебно-тренировочных занятиях учебную программу, основанную на примерной программе по боксу для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Различия в контрольной и экспериментальной группе заключались в способе проведения упражнений и методов, направленных на развитие специальной выносливости.

По окончании педагогического эксперимента проводилось сравнение результатов выполнения тестов для оценки специальной выносливости. На этом же этапе проводилась математическая обработка результатов педагогического эксперимента; обобщались результаты проведенного исследования; формулировались выводы и практические рекомендации, направленные; проводилось окончательное оформление текста дипломной работы.

Выводы.

1. Изучены особенности воспитания специальной выносливости занимающихся юношей боксом. В результате изучения и анализа литературных источников мы разобрали разные трактовки определений многих авторов такого качества, как выносливость.

2. Выявлены особенности воспитания специальной выносливости у боксеров 14-15 лет.

3. Выявлена прямо пропорциональная зависимость уровня развития общей выносливости на уровень специальной выносливости.

4. В результате проведенного исследования мы проследили динамику развития специальной выносливости у спортсменов специализирующихся в боксе. Что позволило сделать вывод об эффективности предлагаемой методики.

Практическая значимость: заключается в том, что в работе определена методика развития специальной выносливости у боксеров 14-15 лет; теоретические положения доведены до конкретных методических рекомендаций, которые могут найти применение у тренеров и методистов в спортивных школах и интернатах.

УДК 7967012.68

С.В. Колмаков

ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ, КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ЧАСТЬ ОБОРОННО-МАССОВОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ

Северо-Казахстанский государственный университет им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан, sergey.kolmakov.1985@mail.ru

Аннотация. *Военно-патриотическое воспитание - это прежде всесторонняя идейная, морально-психологическая, общеобразовательная, физическая и практическая подготовка учащихся к защите своей Родины. Важная форма военно-патриотического воспитания – проведение военно-спортивных игр. Участвуя в играх, школьники учатся определять расстояния, ходить по азимуту, пользоваться компасом, индивидуальными и коллективными средствами защиты; отрабатывают навыки действий по сигналам гражданской обороны и оказанию первой медицинской помощи при получении травм; постигают азы начальной военной подготовки, совершенствуют свою физическую и морально-психологическую подготовку.*

Ключевые слова: *военно-патриотическое, идейный смысл, общественно-полезная, оборонно-массовая, спортивная.*

S. Kolmakov

MILITARY – PATRIOTIC EDUCATION OF YOUNG PEOPLE AS PART OF CONSTITUTE MASS DEFENSE AND SPORT ACTIVITIES IN THE SCHOOL

Petropavlovsk, Republic of Kazakhstan sergey.kolmakov.1985@mail.ru

Annotation. *Military-patriotic education is primarily a comprehensive ideological, moral and psychological, educational, physical and practical training of students to defend their homeland. An important form of military-patriotic education is to conduct military-sports games. By participating in the games students learn to determine the distance, to walk along the azimuth, to use a compass, to use individual and collective means of protection; work out the skills of action on the signals of civil defense and first aid at receiving of injuries; learn the basics of basic military training, improve their physical, moral and psychological training.*

Keywords: *military-Patriotic, ideological sense, socially useful, military-media and sports.*

В важнейших законодательных актах, документах Правительства РК, принятых в последние годы, чётко и лаконично сформулированы основные задачи военно-патриотического воспитания молодёжи, в совокупности своей характеризующие сущность, содержание процесса подготовки молодежи к защите Отечества, чувства гордости и уважения к Родине. Эти задачи, поставленные, в том числе и перед школой, весьма сложные и ответственные. Военно-патриотическое воспитание - многогранный процесс, и решать его

надо всеми силами, средствами, комплексно. Ведь формирование нравственных качеств человека, важнейшим из которых является патриотизм, не может быть достигнуто лишь нравственным просвещением, словесными формами воспитательного воздействия. Вне высоконравственной, общественно-полезной деятельности школьников невозможно их гражданское становление, формирование патриотических чувств. Военно-патриотическое воспитание школьников будет нерезультативным, если его ограничить военно-патриотическим просвещением, рассказами, лекциями. Для усиленной подготовки именно к военной службе необходима непосредственная военно-патриотическая деятельность школьников, в процессе которой у них формируются правильные представления о требованиях к военной службе в рядах Вооруженных Сил и воинском долге.

Военно-патриотическое воспитание – это прежде всесторонняя идейная, морально-психологическая, общеобразовательная, физическая и практическая подготовка учащихся к защите своей Родины. Эта подготовка осуществляется по следующим основным направлениям:

- широкая пропаганда среди учащихся выдающихся побед нашей страны над врагами, боевых и трудовых традиций нашего народа;
- раскрытие героизма и самоотверженности народа, Вооруженных Сил в защите Родины от ее врагов, воспитание у молодежи чувства гордости за подвиги старшего поколения и стремления подражать ему;
- воспитание у молодежи высокой бдительности и постоянной готовности к защите Родины, разъяснение особенностей современной войны и задач по подготовке к вооруженной защите Отечества;
- моральная, психологическая и физическая подготовка учащихся к защите Родины, привитие высоких моральных и боевых качеств, необходимых для достижения победы в современной войне;
- овладение начальными военными и военно-техническими знаниями и навыками.

Очень важно, чтобы военно-патриотическое воспитание школьников происходило не только в учебном процессе, но и продолжалось в разнообразных формах внеклассной работы. Это позволит направить инициативу учеников, поможет увязать полученные ими теоретические знания с практикой и создаст предпосылки для успешного овладения юношами воинскими специальностями в будущем.

Как показывает опыт, успех военно-патриотического воспитания, прежде всего, зависит от высокого идейного смысла и общественно-полезной направленности проводимых мероприятий.

Важное значение, имеет также, правильный отбор наиболее эффективных форм и методов военно-патриотической работы во внеурочное время. При этом отборе необходимо учитывать интересы детского коллектива, квалификацию руководителей, состояние материальной базы.

Анализ по теме исследования показал, что проблема оборонно-массовой и спортивной работы среди молодежи в последние годы вновь становится актуальной.

Вопросам оборонно-массовой и спортивной работы в условиях общеобразовательной школы в различных ее аспектах уделяется немало внимания. Выделяются различные направления в поисках путей повышения качества подготовки педагогических кадров, прежде всего это работы Н.Д.Хмель, А.Б.Абибуллаевой, М.С.Молдабековой, Ш.Таубаевой, Л.А.Шкутиной, З.А.Исаевой, С.А.Жолдасбековой.

Важнейшая составляющая процесса воспитания – формирование методов проведения оборонно-массовой и спортивной работы. Без наличия этого компонента нельзя говорить о воспитании по-настоящему гармоничной личности.

Актуальность данной темы обусловлена востребованностью системы организации оборонно-массовой и спортивной работы в современных условиях. В условиях современной школы выявлены противоречия между: необходимостью военно-патриотического вос-

питания молодежи и отсутствием в настоящее время системы его осуществления; исторической объективностью военно-патриотического воспитания, как фундамента формирования нравственных ориентаций на основе оборонно-массовой и спортивной работы школы. Это отражает потребность в проведении различных технологий и методик проведения форм и видов оборонно-массовой и спортивной работы с учащимися.

Цель исследования – теоретическое обоснование и практическая разработка содержания и способов проведения оборонно-массовой и спортивной работы в 11 классе общеобразовательной школы.

Важная форма военно-патриотического воспитания – проведение военно-спортивных игр. Участвуя в играх, школьники учатся определять расстояния, ходить по азимуту, пользоваться компасом, индивидуальными и коллективными средствами защиты; отрабатывают навыки действий по сигналам гражданской обороны и оказанию первой медицинской помощи при получении травм; постигают азы начальной военной подготовки, совершенствуют свою физическую и морально-психологическую подготовку.

Процесс военно-патриотического воспитания непрерывен и сложен, как непрерывна и сложна сама жизнь. Его нельзя ослаблять ни на один день. Необходимо постоянно помнить, что «патриотами не рождаются – ими становятся». Конечная цель военно-патриотического воспитания предполагает развитие потребности добросовестно трудиться на благо Родины и готовность с достоинством и честью защищать свое Отечество.

УДК 7967012.68

А.А. Айжеркенова

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ПРЫГУЧЕСТИ У ДЕТЕЙ 14-15 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ

Северо-Казахстанский государственный университет им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, Республика Казахстан, albina_84@list.ru

Аннотация. *Процесс развития прыгучести у футболистов будет более динамичным и эффективным, если использовать дифференцированные комплексы упражнений, направленные на ее совершенствование. Результаты педагогического эксперимента подтверждают эффективность и целесообразность применения в учебно-тренировочном процессе предложенной нами методики развития прыгучести у юных футболистов 14-15 лет. Специально отобранные и разработанные средства и специальные упражнения, направленные именно на развитие прыгучести футболистов эффективно улучшают ее, что доказано в результате педагогического эксперимента и следовательно выдвинутая гипотеза является верной и доказанной.*

Ключевые слова: прыгучесть, футбол, методика, дифференцированные комплексы упражнений.

A. Aizherkenova

METHOD OF JUMPING ABILITY AMONG CHILDREN AGED 14-15 THAT ARE ENGAGED TO FOOTBALL

North Kazakhstan state University. M. Kozybayev, Petropavlovsk, Republic of Kazakhstan, albina_84@list.ru

Annotation. The process of football players' jumping development will be more dynamic and effective, if you use the differentiated set of exercises aimed at its improvement. The results of pedagogical experiment confirm the effectiveness and feasibility of use of our proposed method of young 14-15-year football players' jumping in the training process. Specially selected and developed tools and specific exercises designed precisely for the development of football players' jumping improve it effectively, as proven by the result of the pedagogical experiment and therefore the put forward hypothesis is true and proven.

Современный футбол характеризуется интенсификацией соревновательной деятельности, что проявляется в увеличении плотности игровых действий, уменьшении времени выполнения как технических приемов в целом, так и их отдельных фаз, в быстроте и стре-

мительности тактических взаимодействий, увеличении числа индивидуальных игровых действий.

Все это базируется на высоком уровне физической подготовленности игроков, в основе которого лежит способность проявления каждым спортсменом игрового атлетизма в процессе соревновательной деятельности.

Современные требования к уровню развития физических качеств и в частности такого качества, как прыгучесть заключаются в обеспечении возможности игроков выполнять сложные технические приемы и активные тактические взаимодействия на высокой скорости, в условиях силового прессинга, удерживать высокую интенсивность игры до последних секунд матча в этом выражается актуальность нашей темы [1].

В настоящее время в футболе произошли значительные изменения в правилах проведения соревнований, а также в структуре игровой деятельности, которая характеризуется значительным смещением акцентов на усиление защитных действий и технических возможностей отдельных игроков, а также в увеличении продолжительности соревновательного периода и количества официальных игр.

Футболисты различного соревновательного уровня и различного игрового амплуа все чаще используют в нападении пас головой в прыжке, как наиболее точный и затрудняющий блокирование, что требует проявления высокого уровня развития прыгучести и прыжковой выносливости [2].

Специалисты отмечают, что одним из резервов результативности соревновательной деятельности является совершенствование специальной физической подготовки футболистов, а именно: скоростно-силовых способностей, проявлением которых является прыгучесть [3].

Таким образом, налицо противоречие между повышением требований к уровню прыгучести футболистов в современных условиях, и недостаточностью существующих методик развития прыгучести игроков. Данное противоречие актуализирует проблему совершенствования прыгучести футболистов с использованием методики развития у футболистов и обусловило выбор темы: «Методика развития прыгучести у детей 14-15 лет, занимающихся футболом».

Объект исследования: процесс развития прыгучести у футболистов.

Предмет исследования: методика развития прыгучести у футболистов 14-15 лет.

Цель исследования: теоретически обосновать и разработать методику развития прыгучести футболистов 14-15 лет.

Гипотеза исследования: Процесс развития прыгучести будет более динамичным и эффективным, если использовать дифференцированные комплексы упражнений, направленные на ее совершенствование.

Задачи исследования:

1.Изучить теоретическое и практическое состояние проблемы развития прыгучести футболистов.

2.Теоретически обосновать и разработать содержание методики в соответствии с преимущественной направленностью на развитие прыгучести у футболистов 14-15 лет.

3.Проверить опытно-экспериментальным путем эффективность использования дифференцированных упражнений на развитие прыгучести в процессе совершенствования физической подготовки футболистов.

Новизна исследования: заключается в том, что впервые на базе ДЮСШ Есильского района была проведена экспериментальная работа по формированию методики развития прыгучести у футболистов 14-15 лет.

Практическая значимость исследования заключается в разработке содержания методики при включении дифференцированных упражнений, как средства развития прыгучести футболистов. Полученные результаты исследования могут быть использованы в учебно-

тренировочном процессе юниоров, учителей физической культуры, тренеров по футболу средних и специальных учебных заведений.

Методы исследования:

1. анализ научно-методической литературы и аналитических материалов;
2. педагогическое тестирование;
3. педагогический эксперимент;
4. методы математической статистики.

База исследования: ДЮСШ Есильского района

В результате обобщения теоретических знаний выявлены:

- особая значимость прыгучести у футболистов в соревновательной деятельности различных видах жизнедеятельности, а также для физического развития спортсменов;

- большие педагогические возможности физических упражнений, являющиеся базовым средством повышения уровня развития ловкости в процессе физического воспитания;

- особенности методики воспитания прыгучести у юных футболистов.

2. Обобщение опыта работы специалистов по физической культуре, в области исследуемой проблемы, позволил выявить, что вопросы развития прыгучести в условиях тренировочного процесса футболистов не получают достойного внимания.

3. Результаты тестирования указывают на недостаточный уровень развития прыгучести у спортсменов 14-15 лет. Показатели прыжка вверх с места и с разбега соответственно на 3,7 см и 5 см ниже разработанных нормативов для подростков этого возраста.

Результаты педагогического эксперимента подтверждают эффективность и целесообразность применения в учебно-тренировочном процессе предложенной нами методики развития прыгучести у юных футболистов 14-15 лет.

Специально отобранные и разработанные средства и специальных упражнений, направленных именно на развитие прыгучести футболистов эффективно улучшают ее, что доказано в результате педагогического эксперимента и следовательно выдвинутая гипотеза является верной и доказанной.

Практическая значимость исследования заключается в разработке содержания дифференцированных упражнений как средства развития прыгучести футболистов, в определении условий выбора упражнений и параметров нагрузки в соответствие с основными задачами тренировочного занятия. Полученные результаты исследования могут быть использованы в учебно-тренировочном процессе юниоров в повышении квалификации преподавателей физического воспитания вузов, учителей физической культуры, тренеров по футболу.

Литература:

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б.А. Ашмарин - М. : Физкультура и спорт, 2000 - 231с.

2. Верхошанский, Ю. В. основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский. - М. : Физкультура и спорт, 2008. - 331 с.

3. Жбанков, О. В. Развитие прыгучести у юных футболистов / О. В. Жбанков // Физкультура и спорт. - 2005. - № 3. - С. 19-21.

4. Железняк, Ю.Д. Основы научно - методической деятельности в физической культуре и спорте: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 264 с.

5. Железняк, Ю.Д. Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. Высш. Учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др. - М.: Академия, 2004. - 400 с.

6. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. - М. : ФиС, 2011. - 543 с.

7. Назаренко, Л.Д. Прыгучесть как двигательно-координационное качество / Л.Д. Назаренко // Теория и практика физической культуры. - 2008. - №4. - С. 23-26.

8. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение / В.Н. Платонов. - К. : Олимпийская литература, 2004. - 808 с.

УДК 37.037.1

А.Р. Тубаев; Д.Н. Макаридин к.п.н., доцент

УПРАВЛЕНИЕ КАЧЕСТВОМ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ХОККЕИСТОВ ЭТАПА НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ОСНОВЕ МОНИТОРИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет», г. Тюмень, Россия, 89222699027@mail.ru

Аннотация. *Магистерская работа посвящена изучению вопросам управления качеством тренировочного процесса хоккеистов этапа начальной подготовки и системе планирования годичного цикла спортивной подготовки хоккеистов этапа начальной специализации на основе мониторинговых исследований.*

Ключевые слова. *Управление качеством, планирование, тренировочный процесс, хоккей.*

A. Tubaev; D. Makridin Ph. D., associate Professor

QUALITY MANAGEMENT TRAINING PROCESS OF HOCKEY PLAYERS OF INITIAL TRAINING BASED ON MONITORING STUDIES

Federal STATE Autonomous educational institution "Tyumen state University", Tyumen, Russian Federation, 89222699027@mail.ru

Abstract*. Thesis is devoted to studying the issues of quality management of the training process of the players stage of initial preparation and planning of the annual cycle of sport training of the players stage of initial specialization on the basis of monitoring studies.*

Key words*. Quality management, planning, training process, hockey*

Актуальность работы. Проблемы построения подготовки юных спортсменов напрямую связаны с рациональным проектированием различных структурных образований тренировочного процесса, поиском оптимального соотношения компонентов подготовки и соответствия тренировочных нагрузок, способных служить стимулами к структурным и функциональным перестройкам в организме спортсменов, условиям для их реализации.

В основе проектирования тренировочного процесса в игровых видах спорта лежит многоуровневая система факторов, характеризующаяся динамикой их воздействия на каждом из этапов многолетней подготовки.

Одним из направлений стратегии системных инноваций в сфере физической культуры и спорта является повышение качества учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ посредством мониторинга состояния здоровья и физической подготовленности юных спортсменов, а также совершенствование процесса планирования учебно-тренировочного процесса.

Так в г. Тюмени в период с 2013 г. по 2014 г. в рамках проекта «Мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности учащихся спортивных школ» были реализованы комплексные мероприятия по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния здоровья и физической подготовленности спортсменов, занимающихся в специализированных учреждениях дополнительного образования.

Исследование показало, что по общей физической подготовленности и физическому развитию 83% спортсменов имеют результаты средние и выше средних, а 17% – результаты ниже среднего уровня. Тесты проводились по следующим видам спорта: баскетболу, боксу, волейболу, спортивной гимнастике, греко-римской борьбе, дзюдо, лыжным гонкам, плаванию, скалолазанию, танцевальному спорту, теннису, фигурному катанию, футболу, хоккею, художественной гимнастике. По итогам этих мероприятий было установлено, что уровень специальной подготовленности хоккеистов и футболистов ниже среднего, чем, например, в спортивной гимнастике, скалолазании, дзюдо.

Результаты исследований подтверждают необходимость дальнейшего совершенствования планирования тренировочного процесса, акцентирования внимания тренеров на развитие общей выносливости и мышечной силы спортсменов-хоккеистов, что обуславливает актуальность выбранной нами темы диссертации.

Предмет работы – система планирования годичного цикла спортивной подготовки хоккеистов группы начальной специализации на основе мониторинговых исследований.

Цель работы – обеспечить управление качеством учебно-тренировочного процесса хоккеистов этапа начальной подготовки на основе мониторинговых исследований.

Организация исследования

В рамках нашего исследования проведен анализ состояния проблемы управления качеством тренировочного процесса в хоккее на этапе начальной подготовки, анализ основных управленческих функций спортивной подготовки хоккеистов и современных подходов к управлению качеством спортивной подготовки хоккеистов с учетом мониторинговых исследований.

По результатам этих мероприятий в 2016 г. в СДЮСШОР № 3 г. Тюмени была разработана и внедрена (апробирована) общеобразовательная программа дополнительного образования детей предпрофессиональная программа «Хоккей с шайбой».

Методы исследования

Планирование требует разносторонних знаний и практического опыта. Задача каждого тренера и инструктора при составлении плана заключается, по существу, в том, чтобы сознательно реализовать закономерности развития спортивных достижений и формирования личности спортсмена. При этом нужно стремиться к творческой переработке самого передового опыта и познаний об объективных взаимосвязях между организацией тренировки и ростом достижений. Итак, предметом планирования тренировки являются объективные закономерности развития спортивных достижений и формирования личности спортсмена.

Наиболее целесообразна разработка тренировочных планов на основе рассчитанных на многие годы основных тренировочно-методических концепций, которые трактуют базовую тренировку и тренировку к высоким достижениям как единое целое.

В зависимости от того, планируется ли тренировка отдельного спортсмена или команды (группы), выделяют следующие основные типы планов:

— индивидуальные тренировочные планы,

— групповые тренировочные планы.

В зависимости от длительности планируемого периода различают несколько видов планов. Важнейшие среди них:

— одно- или двухгодичные тренировочные планы и

— оперативные планы.

Индивидуальные тренировочные планы разрабатываются как одногодичные и оперативные планы (на отдельные тренировочные недели или циклы) или же как многолетние, перспективные. Последние составляются для высококвалифицированных или особенно перспективных спортсменов.

Групповые тренировочные планы ориентируют прежде всего на команду (игровую, экипаж гребных судов и т. д.). Для спортсменов, которые готовятся к высшим достижениям, групповые тренировочные планы дополняются индивидуальными. Во время базовой тренировки и особенно со спортсменами низших разрядов занятия ведутся на основе групповых тренировочных планов.

Часто (по организационно-методическим соображениям) разрабатываются смешанные (индивидуально-групповые) планы, которые сходны по некоторым основным параметрам и в то же время учитывают в определенной мере индивидуальные особенности спортсменов.

В планировании и проведении тренировочного занятия необходимо руководствоваться принципом единства образования и воспитания. Форма тренировочных занятий создает хорошие предпосылки для планомерной реализации основных педагогических задач в связи со спортивной деятельностью.

Общая структура тренировочных занятий базируется на определенных физиологических, психологических и педагогических принципах. Длительность занятия определяется

оптимальной действенностью тренировочных факторов и зависит от специфики вида спорта и индивидуальных особенностей занимающихся.

В тренировочном занятии целесообразно выделять части: *подготовительную, основную и заключительную.* Основную часть нередко подразделяют на подчасти. Подготовительная и заключительная части по своему содержанию зависят преимущественно от основной части.

В подготовительной части надо сформировать оптимальную установку спортсмена на решение определенных спортивных задач с помощью физических упражнений, а также психологической и педагогической настройки. Организм должен быть постепенно подведен к нагрузке, ибо внезапно предъявленные высокие требования могут привести к повреждениям и снизить действенность раздражителей.

В данной части занятий решаются следующие задачи:

Раскрепощение: освобождение от элементов закрепощенности, скованности, обеспечение оптимальной эластичности мышц и подвижности звеньев двигательного аппарата.

Разогревание и подведение к основной нагрузке: увеличение ударного и минутного объемов сердца, усиление вентиляции легких, повышение температуры тела и т. д.

«Двигательная настройка»: врабатывание в режим специализированных двигательных актов, достижение оптимума двигательных реакций.

«Психическая настройка»: обеспечение оптимальной возбудимости, сосредоточенности на главной задаче, создание оптимальной психической готовности к тренировке.

Педагогическая подготовка: создание благоприятной воспитательной ситуации.

Общая длительность подготовительной части зависит прежде всего от условий подготовки к главной задаче основной части, кроме того, от температуры воздуха, индивидуальной реактивности занимающихся и их настроения. Обычно она продолжается от 15 до 30 мин.

В основной части тренировочного занятия решаются, прежде всего, задачи спортивно-технического и тактического обучения, развития физических способностей, а также проверки и оценки уровня тренированности.

Если в одном тренировочном занятии решается несколько задач, то рекомендуется соблюдать такую их последовательность.

Сразу после подготовительной части проводится техническое обучение. Дело в том, что изучение или совершенствование технических элементов предъявляет предельно большие требования к концентрации внимания, а наиболее полная концентрация внимания возможна тогда, когда нервная система еще не утомлена.

Во многих случаях в тесной связи с техническим обучением, т. е. также в первой половине основной части занятия, следует воспитывать быстроту и скоростную силу. Наряду с отмеченными выше условиями необходимо учесть, что скоростные упражнения, проведенные после нагрузки большого объема, вряд ли будут способствовать развитию спринтерского потенциала (в данном случае они могут улучшать финишный спурт, выносливость, волевые качества и т. п.). Во второй половине основной части больше уместны упражнения для развития силы и выносливости.

В заключительной части занятия нужно стремиться привести организм в нормальное послерабочее состояние. Если в основной части занятия сердечно-сосудистая система подвергалась большим нагрузкам, то в заключительной части возникает необходимость постепенного сокращения их. В видах спорта с высокими требованиями к концентрации внимания и силовым способностям пригодны для «разрядки» эмоциональные игры, хотя они и дают относительно большую нагрузку на органы кровообращения. Естественно, после таких игр потребуется добавочное время на успокоение.

Основное место в содержании тренировки хоккеистов с началом спортивной специализации продолжает занимать широкая общая физическая подготовка.

Преобладающей тенденцией динамики нагрузок за годы начальной специализации должно быть увеличение объема нагрузки без форсирования общей интенсивности тренировки. Хотя интенсивность упражнений возрастает, но в более узких пределах, чем ее объем. Особая тщательность в соблюдении меры напряженности нагрузок требуется во время интенсивного роста и созревания организма, когда резко активизируются естественные пластические, энергетические и регуляторные процессы, что само по себе является для организма своего рода нагрузкой.

В больших тренировочных циклах в годы начальной специализации доминирует подготовительный период. Соревновательный период представлен в них как бы в свернутом виде. В группах начальной подготовки вообще может не выделяться соревновательный период, а игры - как подвижные, так и спортивные, используются в течение большей части года как тренировочные средства, повышающие уровень физической и технической подготовленности игроков, для контроля за тренировочным процессом и повышения эмоциональности занятий. Однако это не означает, что на первых двух этапах игровая деятельность отсутствует. Соревновательная деятельность на этих этапах решает задачи повышения эмоциональности занятий и контроля за реализацией достигнутой физической и технической подготовленности, соответствующей хоккейной команды.

Во второй половине этапа подготовка становится более специализированной. Здесь, как правило, определяется предмет будущей спортивной специализации хоккеистов. На этом этапе широко используются средства, позволяющие повысить функциональный потенциал организма спортсмена без применения большого объема работы, максимально приближенной по характеру к соревновательной деятельности. Наиболее напряженные нагрузки специальной направленности следует планировать на этап максимальной реализации индивидуальных возможностей.

В сложнокоординационном виде спорта, как хоккей, следует осторожно выполнять большие объемы работы, направленной на повышение аэробных возможностей. Спортсмены в возрасте 13-14 лет легко справляются с такой работой, в результате у них резко повышаются возможности аэробной системы энергообеспечения и на этой основе резко возрастают спортивные результаты.

Таким образом, важно не упустить время, необходимое для достижения высокого спортивного мастерства, и использовать так называемые чувствительные (сенситивные) периоды возрастного развития, когда организм особенно легко поддается тренирующим воздействиям, отвечая на них быстрым прогрессированием двигательных способностей.

Выводы

Результаты исследовательской работы позволили сделать следующие выводы:

- слабое физическое развитие хоккеистов связано с недостаточным акцентированием внимания тренеров преподавателей проектировать и планировать свою деятельность в соответствии с последними достижениями и требованиями нормативной базы ДЮСШ;
- совершенствование качества учебно-тренировочного процесса позволит:

– улучшить результаты физической и специальной подготовки спортсменов;

– повысить уровень квалификации и профессиональной компетентности всех участников педагогического процесса спортивных школ;

– наметить перспективы дальнейшего совершенствования системного подхода в части сохранности спортивного контингента спортсменов, в том числе контролируя мотивационные аспекты обучающихся.

Библиографический список

1. Букатин, А.Ю. Построение эффективной программы подготовки хоккеистов / А.Ю. Букатин // Сборник научных трудов по зимним видам спорта. - М., 2006. - С. 19-23.

2. Ишматов, Р.Г. Построение учебно-тренировочного процесса хоккеистов высокой квалификации: Учебно-методическое пособие / Р.Г. Ишматов. - «Шатон» -2006. – 45 с.

3. Михно, Л.В. Содержание и структура спортивной подготовки хоккеистов: учебное пособие / Л.В. Михно, К.К. Михайлов, В.В. Шилов. – СПб.: Питер, 2011. – 223 с.

4. Никонов, Ю.В. Подготовка квалифицированных хоккеистов / Ю.В. Никонов // Киев: «Олимпийская литература». - 2008. -210 с.

5. Солошенко, Н.Б., Алексеева, М.В., Макаридин, Д.Н. Совершенствование учебно-тренировочного процесса спортивных школ города Тюмени на основе результатов мониторинга состояния здоровья и физической подготовленности юных спортсменов // Теория и практика физической культуры. – 2015 г. – № 12. – С. 10–12.

6. Хоккей: программа спортивной подготовки для детей детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2006 – 101 с.