

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
«Мозырский государственный педагогический университет
имени И. П. Шамякина»

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

Материалы VII Международной
научно-практической конференции

Мозырь, 4–6 октября 2018 г.

Мозырь
МГПУ им. И.П. Шамякина
2018

Редакционная коллегия:

С. М. Блоцкий,	кандидат педагогических наук (ответственный редактор);
Н. В. Зайцева,	доктор педагогических наук, доцент;
Г. И. Нарский,	доктор педагогических наук, профессор;
А. Г. Фурманов,	доктор педагогических наук, профессор;
С. Б. Кураш,	кандидат филологических наук, доцент;
Э. Е. Гречанников,	кандидат физико-математических наук, доцент;
В. А. Горовой,	кандидат педагогических наук, доцент;
В. А. Черенко,	кандидат педагогических наук

Печатается согласно плану проведения в 2018 году в учреждениях высшего образования и научных организациях, подчиненных Министерству образования Республики Беларусь, научных и научно-технических мероприятий и приказу по университету № 838 от 17. 09. 2018 г.

А43 **Актуальные** проблемы физического воспитания, спорта и туризма : материалы VII Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 4–6 окт. 2018 г. / УО МГПУ им. И. П. Шамякина ; редкол.: С. М. Блоцкий (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь, 2018. – 250 с.
ISBN 978-985-477-656-9.

В сборнике представлены материалы конференции, отражающие результаты научных исследований в области физической культуры, спорта и туризма.

Адресуется научным работникам, преподавателям, методистам по физическому воспитанию, студентам.
Материалы публикуются в авторской редакции.

УДК 796
ББК 75

ISBN 978-985-477-656-9

© УО МГПУ им. И. П. Шамякина, 2018

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ СРЕДЫ КАК ФАКТОР МОДЕРНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

М.В. Гаврилик, Н.Н. Колесникова

УО «Полесский государственный университет»

Процесс физического воспитания в вузе направлен на формирование основ здорового образа жизни, физической культуры студента как системного качества личности, неотъемлемой части общей культуры будущего специалиста, способного реализовать ее в социально-профессиональной деятельности [1].

Особое внимание, прежде всего, необходимо уделить повышению эффективности физического воспитания студентов, что обусловлено ухудшением состояния здоровья молодых людей, снижением уровня их физической подготовленности, низкой мотивацией к занятиям физической культурой, недостаточно сформированной у них потребностью в здоровом образе жизни. Поэтому важной социальной задачей в системе образования в целом и высшего образования в частности является модернизация системы физического воспитания.

В настоящее время существуют различные концепции и подходы к совершенствованию системы физического воспитания студентов. Наиболее известны концепции: спортивно ориентированного физического воспитания, профессионально-прикладного, дифференцированного, оздоровительного [3, 4].

В последние годы некоторые авторы качественное улучшение процесса физического воспитания обучающихся связывают с созданием физкультурно-спортивной среды образовательного учреждения как совокупности условий и возможностей для саморазвития и самовыражения личности в сфере физической культуры и спорта [1, 2].

Проблема организации физкультурно-спортивных сред рассматривается многоаспектно: в контексте гуманизации учебно-воспитательного процесса по физической культуре, различной образовательной направленности, повышения

мотивации занятий, социализации индивида, становления физкультурно-спортивного стиля жизни, оптимальной самореализации личности и др. [2, 4].

С целью изучения потребностно-мотивационной сферы двигательной активности студентов и изучения их удовлетворённости организацией физического воспитания в период обучения в школе, а также их отношения к здоровому образу жизни проводилось анкетирование студентов первого курса Полесского государственного университета в 2012–2015 гг.

Было выявлено, что студенты-первокурсники недостаточно осознают социальную ценность здоровья в жизни общества и структуре жизнедеятельности. Большинство респондентов (54 %) отнесли себя к спортсменам и физкультурникам, 41% опрошенных студентов считают достаточным собственный двигательный режим для повседневной деятельности и сохранения здоровья. Однако лишь 13 % студентов занимаются самостоятельно физическими упражнениями и тратят на это 4–6 часов в неделю. При этом 69 % респондентов отметили неудовлетворенность организацией занятий физической культурой в школе и высказали нежелание их посещать.

Анализ проведенных исследований показывает, что низкая эффективность традиционного физического воспитания определяется его направленностью на решение задач общей подготовки, доминированием навязанного содержания уроков и режимов физической активности, осуществляемых в жестких строго регламентированных формах, сохранением нормативного подхода, что приводит к снижению интереса школьников к урочным занятиям.

С целью изучения заинтересованности в занятиях физической культурой в вузе, также проводилось анкетирование студентов 2–3 курса Полесского государственного университета. Проведенный анализ показал, что удовлетворены занятиями физической культурой только 51,1 % студентов, остальные не испытывают интереса к занятиям, вследствие чего и не испытывают потребности в качественном изучении и выполнении учебного материала, а посещают занятия лишь для получения зачета.

При оценивании мнения студентов по вопросам о необходимости изменений в организации физического воспитания в вузе выявлено, что наиболее значимы для студентов:

- 1) необходимость снижения требований к студентам при выполнении контрольных нормативов (41,9 %);
- 2) изучение видов спорта по желанию студентов (39,6 %);
- 3) сделать занятия физической культурой факультативными (35,9 %).
- 4) отмена занятий физической культуры, а вместо них введение различных занятий по интересам и спортивных секций (30,5 %).

Сравнительный анализ показал, что низкая эффективность физического воспитания в школе и вузе определяется его направленностью на решение задач общей и профессионально-прикладной подготовки, строгим регламентированием содержания и режимов физической активности, сохранением нормативного подхода, невозможностью реально сочетать на занятии образовательную и двигательную деятельность, что в свою очередь приводит к снижению интереса школьников и студентов к занятиям.

В то же время существующая в вузах система внеаудиторного физического воспитания (спортивные секции, кружки и т. п.) в основном организуется только для студентов, имеющих высокий уровень физической подготовленности, способных защитить честь вуза на соревнованиях различного уровня. Тогда как, основная часть студентов, остается за пределами физкультурно-оздоровительной работы.

Принудительный характер физического воспитания не способствует формированию потребности в физических упражнениях. Поэтому можно наблюдать,

что, завершив обязательную двигательную активность в вузе, подавляющее большинство молодых людей полностью прекращают занятия физическими упражнениями. Изменить сложившуюся ситуацию возможно в том случае, если в процессе обучения у студентов будет сформирована потребность в занятиях физической культурой.

Исходя из проведенного анализа, налицо проблема объективной потребности модернизации физического воспитания в учреждениях высшего образования, отвечающего современным требованиям общества, потребностям личности и наличием альтернативных подходов к его совершенствованию. При этом кардинальные изменения нужны, прежде всего, в структуре образования, а затем в содержании и методике.

С целью повышения эффективности физического воспитания студентов была разработана концепция физического воспитания, основанная на использовании возможностей вариативной части содержания программы по физической культуре, а также вопросов планирования, организации и контроля самостоятельной работы, которая создает наиболее благоприятные условия для включения студентов в самостоятельную двигательную деятельность.

Важными путями реализации концепции физического воспитания студентов основанной на создании интегрированной физкультурно-спортивной среды являются: внедрение гуманитарных технологий, способствующих повышению эффективности условий развития личности студентов; повышение профессиональной компетентности и мобильности преподавателей в освоении внедрении инновационных подходов в практике физического воспитания; актуализация целей физического воспитания на всестороннее, гармоничное развитие личности студента, понимаемое как достижение оптимального психофизического состояния и приобретение ценностной ориентации на здоровый стиль жизни; интеграция воспитательной и физкультурно-спортивной среды.

Предоставление студентам права свободы выбора видов физкультурно-спортивной деятельности и индивидуальных направлений самосовершенствования согласно их интересам, потребностям и возможностям, будет способствовать формированию мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре и повысит их заинтересованность к занятиям в целом.

Модернизация физического воспитания студентов может быть реализована на основе организации интегрированной физкультурно-спортивной среды, которая позволяет создавать условия для гармоничного развития личности учащегося и его самореализации в физической культуре и спорте. Внедрение концепции физического воспитания студентов, основанной на создании интегрированной физкультурно-спортивной среды, как одного из важных факторов модернизации физического воспитания с использованием возможностей вариативной части содержания программы по физической культуре и решение вопросов планирования, организации и контроля самостоятельной работы, создает наиболее благоприятные условия для включения студентов в самостоятельную двигательную деятельность.

Литература

1. Бальсевич, В.К. Спортивно-ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 19–22.

2. Бутыч, Н.С. Формирование у студентов готовности к самообразованию в физкультурно-спортивной среде учреждений среднего профессионального образования : дис. канд. пед. наук : 13.00.04 / Н.С. Бутыч. – Тюмень, 2012. – 205 с.

3. Гаврилик, М.В. Поиск путей повышения эффективности физического воспитания студентов / М.В.Гаврилик // Здоровье для всех №2 (2016). Пинск: ПолесГУ, 2017.

4. Коледа, В.А. Физическая культура в формировании личности студента / В.А. Коледа. – Минск: БГУ, 2014. – 167 с.

5. Манжелей, И.В. Актуализация педагогического потенциала физкультурно-спортивной среды : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / И.В. Манжелей. – Тюмень, 2005. – 441 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Валетов В.В., Блоцкий С.М. О развитии спорта высших достижений в учреждении образования «Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина»	3
---	---

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Барановский В.Н., Федорович В.К. Результаты физической подготовленности студенток первых курсов УО МГПУ им. И.П. Шамякина	6
Бондаренко А.Е., Ворочай Т.А., Мочалова Е.А. Актуальные проблемы физкультурных занятий в обеспечении здорового образа жизни студенческой молодежи	8
Борщенко В.В., Вовк М.О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до профілактики виникнення синдрому «професійного вигорання»	10
Гордеева И.В. Потенциал факультативной дисциплины в формировании готовности будущего учителя физической культуры к профилактике противоправного поведения подростков	12
Горовой В.А. Использование метода средних величин в практике физической культуры и спорта	15
Горовой В.А., Фурманов А.Г., Знатнова Е.В. Мода на здоровый образ жизни через направление «спорт для всех»	18
Глазырин А.А. Здоровый образ жизни в гуманитарных науках	22
Дойняк И.П., Дойняк Ю.П. Формирование двигательной активности учащихся начальных классов в условиях здоровьесберегающей системы школьного образования	23
Дойняк Ю.П., Дойняк И.П., Дегтярева Е.И. Формирование культуры здорового образа жизни младших школьников	26
Кветинский С.С. Аспекты здорового образа жизни	29
Логвина Т.Ю., Клочко Н.В. Особенности содержания детского фитнеса	31
Лозбень А.В., Мельников С.В. Лечебная физическая культура как средство профилактики нарушений зрения у детей среднего школьного возраста	34
Масло М.И., Мелех А.И. Использование боевых единоборств (самбо) в формировании прикладных умений и навыков для всех вероятных форм деятельности человека	37
Маслова Е.А., Василевич А.В. Гиподинамия как один из факторов угрозы здоровья студенческой молодежи	39
Микитчик О.С., Пирогова К.И. Некоторые аспекты дифференцированного подхода в физическом воспитании женщин первого периода зрелого возраста	40
Мойсеенко С.С., Кононова Н.Ф. Утренняя оздоровительная гимнастика	43
Науменко Я.Э., Врублевский Е.П. Силовой фитнес как средство положительной динамики морфофункционального состояния женщин зрелого возраста	44
Ничипорко С.Ф., Масло И.М. Применение интерактивных методов обучения при изучении дисциплины «Биомеханика»	47
Скидан А.А. Индивидуально-дифференцированный подход в оздоровительной шейпинг-тренировке с женщинами 21–35 лет	49
Черенко В.А., Городилин С.К., Будковский В.Н. Особенности распределения программного материала по физической культуре студентов-первокурсников	52
Усович В.Ю., Нарский Г.И., Севдалев С.В. Методика физкультурно	54
Яковлев А.Н., Яковлев А.А., Завадский В.П. Особенности физкультурно-спортивной деятельности в аспекте инклюзивного образования как основного условия физической реабилитации	57

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ, СТУДЕНТОВ И ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Афонько О.М. Динамика показателей обучения студентов дисциплине «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста»	62
Абрамович П.А. Использование средств и методов физического воспитания для профилактики профессиональных заболеваний студентов специальности «Инструментальная музыка»	65
Бондар А.С., Байрамов Р.Х., Ждамірова Ю.М. Неолімпійські види спорту як засіб фізичного виховання школярів та студентів	68
Борисок А.А. Олимпийское образование в старшей группе в учреждении дошкольного образования	71
Босенко А.И., Топчий М.С. Зависимость динамики функциональных возможностей студентов от типа вегетативной регуляции в период обучения на факультете физического воспитания	74
Бутько А.В. Особенности функционирования спортивного клуба в творческом вузе	77
Бутько А.В. Развитие общей выносливости и силовых качеств у студенток УВО «Белорусский государственный университет культуры и искусств»	79
Валетов В.В., Щур С.Н. Спортивно-массовая работа в УО МГПУ имени И. П. Шамякина как важный фактор профессиональной готовности современных педагогических кадров	82
Василевич А.В., Маслова Е.А. Подвижные игры, игровые упражнения как средство физического воспитания учащихся	85
Гаврилик М.В., Колесникова Н.Н. Организация физкультурно-спортивной среды как фактор модернизации физического воспитания студентов	87
Дойняк В.П., Валетов В.В., Щур С.Н. Организация физкультурно-оздоровительной работы в общежитиях УО МГПУ им. И. П. Шамякина	90
Долинский Б.Т., Вайер Д.М., Романюк С.В., Шурупов Я.В. Спортивно-игровая деятельность как эффективное средство и форма физического воспитания младших школьников	94
Зайцева Н.В. Особенности воспитания культуры здоровья дошкольников	96
Заколотная Е.Е. Нравственность как критерий поведения студентов в своей профессиональной деятельности	98
Кардялене Лаймуте, Витя Контаутене. Особенности коммуникативной установки учителя физической культуры как фактора его профессиональной деятельности	101
Кветинский С.С. Физическое воспитание студентов	103
Клинов В.В., Клинова И.В. Педагогические условия формирования культуры досуга учащихся старших классов сельских школ	105
Ключников А.В., Нарский А.Г. Построение учебно-тренировочных занятий курсантов инженерных институтов МЧС Республики Беларусь с учетом особенностей развития их двигательных способностей	109
Колесникова Н.Н. Повышение уровня физической работоспособности детей младшего школьного возраста	112
Колесникова Ю.Н., Богданович Н.Л. Двигательная активность детей старшего дошкольного возраста с нарушением зрительной функции	115
Конопацкий В.А., Метлушко В.И. Особенности силовой подготовки юных борцов 12–13 лет	118
Купчинов Р.И. Двигательная нагрузка – основа эффективности физического воспитания студентов	121
Макеева В.С., Дубровская А.М. Коррекция эмоционально-волевой сферы учащихся средствами игровой деятельности	124
Масло М.И., Масло И.М. Диагностика здоровья физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста	127

Метлушко В.И., Конопацкий В.А. Общая характеристика силовой подготовки в пауэрлифтинге	129
Мисюра А.А., Врублевский Е.П. Совершенствование физкультурно-оздоровительной работы в группах продленного дня	133
Ничипорко Н.Н., Величко Е.Б. Особенности питания юношей различного типа телосложения при занятиях спортом	136
Полещук А.М. Педагогические условия инклюзивного физического воспитания детей с интеллектуальной недостаточностью	139
Пташиц А.Я. К вопросу о соотношении бега с различной интенсивностью при подготовке студентов к соревнованиям по легкой атлетике	142
Пшеницына Л.А., Ма Цзэцуу, Мо Сяохэ Проблемы практического использования досуговой деятельности в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста	142
Сак Ю.В. Овладение основами техники передвижения на лыжах будущими учителями физической культуры	144
Собянин Ф.И. Противоречия в соотношении традиций и новаций в содержании высшего профессионального физкультурного образования (на примере вузов России, Приднестровья и Казахстана)	146
Старченко В.Н., Метелица А.Н. Определение надежности теста для диагностики потребностно-мотивационно-ценностной сферы физической культуры обучающихся	149
Субботин С.В., Гаврилович Н.Н., Сергеенко А.Н. Возможности использования тренажера «Координационная лестница» в развитии физических качеств	151
Sarosiek J., Sodolewski K.L. Analiza zajęć fakultatywnych z wychowania fizycznego na przykładzie gimnazjum im. jana pawła iiw sokołce	154
Sodolewski K.L., Zurawski A.Ju. Poziom sprawności fizycznej młodzieży (na podstawie badań przeprowadzonych w społecznym liceum ogólnokształcącym w białymstoku)	155
Трофимович И.И., Кобец Е.А., Геркусов А.С. Регби как средство физического воспитания студенческой молодежи	158
Цыркунова Г.М. Стретчинг как средство развития мотивационной сферы студенческой молодежи	161

ОРГАНИЗАЦИЯ И УПРАВЛЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ И ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Альбаркайи Д.А., Хоршид Х.А., Врублевский Е.П. Подготовка спортивных резервов: проблемы и перспективы	163
Бабарико Р.И., Бондаренко К.К. Адаптация функционального состояния скелетных мышц при проведении внеледовой подготовки хоккеистов	166
Барановский В.Н., Железная Т.В., Чумак А.П. Сущностные характеристики проектирования многолетней подготовки юных легкоатлетов	169
Барков В.А., Кхафаджи А.Ш. Инновационные подходы к развитию координационных способностей у юных футболистов	171
Блоцкий С.М., Барановский В.Н., Чумак А.П., Железная Т.В. Совершенствование скоростно-силовых способностей у юных бегунов на короткие дистанции	174
Блоцкий С.М., Блоцкий А.С., Будковский В.Н. Комплексный контроль тренировочных нагрузок. Структура системы контроля	176
Блоцкий С.М., Щур С.Н., Блоцкий А.С. Анализ системного подхода к вопросам мотивации спортсменов	178
Бондаренко А.Е., Старовойтова Л.В., Грицева П.К. Адаптация скелетных мышц к выполнению специальных нагрузок в карате	179
Василевич А.В. Теоретическая подготовка футбольного арбитра	183
Врублевский Е.П., Севдалев С.В., Шеренда С.В. Анализ физической подготовленности юных хоккеистов в подготовительном периоде годичного цикла тренировки	185

Глазырина Л.Д. Методологические регулятивы как основа уверенности спортсмена в достижении результата	187
Давыдов В.Ю. Комплексная оценка спортивного потенциала юных гребцов	189
Dolgova N. The main requirements for annual archers`training course	192
Железная Т.В., Барановский В.Н., Чумак А.П. Особенности морфо-функционального развития юных бегунов 13–14 лет на этапе углубленной специализации	194
Здрок Я.А., Горовой В.А. Методика воспитания силовых способностей юных бадминтонистов	197
Ивашков П.Л. Подготовка тренеров по баскетболу для работы в специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва	200
Качур Д.А., Торба Т.Ф., Поливач А.Н. Количественный и качественный состав участников соревнований по армрестлингу в Республике Беларусь	202
Коваленко Ю.А. Влияние интервальной гипоксической тренировки на уровень тревожности боксеров	205
Кошман М.Г., Воцило И.Н. Развитие мотивации достижения успеха у юных легкоатлетов	207
Купчинов Р.И., Сиводедов И.Л. Система отбора подростков для занятий спортивной деятельностью – основа подготовки спортсменов высокого класса	210
Лемешков В.С. Основные компоненты в системе подготовки высококвалифицированных спортсменов	212
Лемешков В.С. Плотность соревнований в спортивной ходьбе	214
Мельников С.В., Нарский А.Г. Особенности компонентного состава тела мужчин-пловцов различной квалификации	216
Мицура В.Ю., Горовой В.А. Методика силовой тренировки спортсменов в пауэрлифтинге	219
Мороз Е.А., Шкуматов Л.М., Шантарович В.В. Вклад анаэробного гликолиза в энергообеспечение упражнений, выполняемых спортсменками разной квалификации, специализирующимися в гребле на байдарках на тренажере – эргометре «Dansprint»	221
Нарский Г.И., Шеренда С.В., Ковалева О.А. Роль отечественного тренера в подготовке высококвалифицированных спортсменов.....	224
Олешкевич Р.П., Семашко Д.Н. Актуальные вопросы силовой подготовки юных спортсменов	226
Романов И.В. Разработка годового планирования в десятиборье на основе анкетирования тренеров	229
Трофимович И.Г., Трофимович И.И., Канаш О.Н. Увеличение скорости разбега на последних метрах перед отталкиванием как средство повышения результата у прыгунов в длину	230
Чумак А.П., Барановский В.Н., Железная Т.В. Методология построения индивидуализированного тренировочного процесса юных легкоатлетов	233
Шантарович В.В., Каллаур Е.Г. Развитие специальной силы спортсменов-гребцов на байдарках и каноэ	235
Ярош А.М. Специально-подводящие и специально-подготовительные упражнения как средство формирования техники легкоатлетических метаний мяча у учащихся на II и III ступенях общего среднего образования	242