

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА –
ОСНОВА ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНЫХ
ДОСТИЖЕНИЙ**



Министерство образования и науки российской федерации
Администрация города Смоленска
Управление образования и молодежной политики администрации
города Смоленска
Московский государственный областной университет
Смоленский гуманитарный университет
Научно-методический журнал «Физкультура в школе»

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА – ОСНОВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ

Материалы

*Международной научно-практической конференции по проблемам
физического воспитания учащихся*

(20-21 декабря 2011 г.)

Смоленск, 2011

УДК 798.156

ББК 77

Ф 571

Редакционная коллегия:

доктор педагогических наук, профессор В.П. Губа (главный редактор)
доктор педагогических наук, профессор Ермаков В.А.
главный редактор журнала «Физкультура в школе» Журунов Е.В.
доктор педагогических наук, профессор Квашук П.В.
кандидат педагогических наук, доцент Кулишенко И.В.
доктор медицинских наук, профессор Легонькова Т.И.
доктор педагогических наук, профессор Мажар Н.Е.
кандидат медицинских наук, доцент Маринич В.В.
начальник управления образования и молодежной политики администрации
г. Смоленска Монсеенков Г.А.
доктор педагогических наук, профессор Никитушкин В.Г.

Рецензенты:

Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта Московского государственного областного университета
Кафедра анатомии и биомеханики Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма
Кафедра физической культуры, ЛФК и спортивной медицины Смоленской государственной медицинской академии

Ф 571 Общеобразовательная школа – основа физического воспитания и спортивных достижений: Материалы Международная научно-практическая конференция по проблемам физического воспитания учащихся / под общ. ред. д.п.н., проф. В.П. Губы (г. Смоленск, 20-21 декабря 2011 года). – Смоленск, 2011. – 236 с.

ISBN 944-6-57249-258-4

В научный сборник вошли материалы, посвященные актуальным вопросам физического воспитания в общеобразовательных школах России и стран СНГ. Раскрывается сущность основных направлений в совершенствовании физического воспитания в общеобразовательной школе ориентированного на достижение спортивных результатов.

В сборник вошли статьи ведущих отечественных (Москва, Санкт-Петербург, Смоленск, Тула, Брянск, Воронеж, Малаховка, Сочи, Коломна) и зарубежных (Минск, Пинск, Гродно, Щецин) специалистов.

Сборник статей адресован учителям физической культуры, студентам, аспирантам, преподавателям учебных заведений для изучения перспективных направлений в области физической культуры учащихся.

© Управление образования и молодежной
политики администрации г. Смоленска

© Смоленский гуманитарный университет

СПОРТ КАК КОМПОНЕНТ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО НАПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Шакура А.А., Яковлев А.Н.

Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь

Спорт как многогранное общественное явление является сферой подготовки человека к трудовой деятельности, удовлетворение духовных запросов общества, упрочения и расширения интернациональных связей, а также одним из важных средств этического и эстетического воспитания.

По мере развития спорта, которое выразилась в его проникновении в различные сферы жизни общества, становилось очевидным, что его социальное значение весьма многогранно и что он может быть пригоден для удовлетворения разнообразных потребностей личности и общества. Не случайно он широко представлен в наше время в системе образования-воспитания подрастающих и взрослых поколений, в комплексе социально-защитных мер, в разнообразных сферах культурного общения и международных отношений, ряде других социальных сфер. Все это дает говорить о спорте как о многофункциональном явлении.

Гипотеза. Предполагалось, что массовая практика использования спорта людьми зрелого возраста и некоторыми другими контингентами часто ориентирована преимущественно на достижения эффекта поддержания улучшенного ранее физического состояния организма, сохранения тренированности и здоровья, а также эффекта полноценного эмоционального насыщения отдыха.

В таком понимании спорт предстает достаточно сложным многофункциональным и многообразным явлением социальной реальности, занимающим незаурядное место в физической и духовной культуре общества.

Цель исследования: Изучить спорт как один из компонентов физической культуры и определить социальную функцию спорта и основные направления в развитии спортивного движения.

Задачи исследования: 1. Определить разделы физической культуры. 2. Выявить значения способностей формирующихся средств различных видов физической культуры. 3. Дать характеристику спорту как компоненту специализированного направления физической культуры. 4. Определить социальную ценность спорта.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы и ее обобщение.

Процесс состязания представляет собой последовательную смену соревновательных ситуаций. Соревновательные ситуации могут выделяться на разных уровнях состязания и иметь разный временной масштаб. В каждой соревновательной ситуации участник состязания обладает определенным соревновательным потенциалом. Соревновательный потенциал – это способность участника изменять ход состязаний так, как это необходимо для

достижения успеха. Реализация соревновательного потенциала заключается, что участник, преодолевая внешние и внутренние препятствия, целенаправленно переходит к благоприятным для себя ситуациям, благодаря чему увеличивается вероятность достижения запланированного спортивного результата.

Достижение высоких спортивных результатов возможно только в том случае, если есть хорошо отлаженная система подготовки спортсмена. Она представляет собой совокупность методических основ, организационных форм и условий тренировочно – соревновательного процесса, оптимально взаимодействующих между собой на основе определенных принципов и обеспечивающих наилучшую ступень готовности спортсмена к высоким спортивным достижениям. Система подготовки спортсмена включает в себя четыре крупных блока: систему отбора и спортивной ориентации; спортивную тренировку; систему соревнований; внутренировочные и внесоревновательные факторы оптимизации тренировочно-соревновательного процесса.

Спортивное достижение -- всегда многофакторное явление, оно обусловлено комплексом факторов. В числе основных факторов и условий, прямо или косвенно влияющих на динамику спортивных достижений в обществе, следует отметить такие как: индивидуальная спортивная одаренность и степень подготовленности к достижению; конкретное состояние к системе подготовки спортсменов, ее качество, степень отлаженности и обеспечения; размах спортивного движения и коренные социальные условия его развития в обществе.

В зависимости от того, в какой из социальных сфер культивируется массовый спорт, система спортивных занятий, так или иначе, модифицируется:

Школьный спорт - это практика использования спорта в школьной системе общего образования воспитание подрастающего поколения, где спортивные занятия подчинены, прежде всего, общепедагогическим принципам и строятся в соответствии с единой логикой и условиями организации многосоставного учебно-воспитательного процесса.

Профессионально - прикладной спорт рассматривается в контексте прикладной подготовки к избранной профессиональной деятельности (производственной, военнотрудовой и т. д.).

Физкультурно-кондиционный спорт зрелых контингентов населения, у которых не доминируют чисто спортивные установки и занятия спортом строятся, главным образом, по типу физкультурно-спортивной тренировки, способствующей сохранению приобретенной ранее «кондиции», со строго регламентированным участием в соревнованиях.

Оздоровительно - рекреативный спорт это - практика использования элементов спорта в качестве средства и метода достижения эффекта здорового отдыха, физическая рекреация здесь представлена в более широком спектре.

Полученные результаты: Достижение в большом спорте возможны

только благодаря постоянной тренировочно-соревновательной деятельности с большими физическими и психическими напряжениями. Выступление в соревнованиях накладывает большую ответственность на спортсмена; высокая цена каждой ошибки, каждого неудачного старта становится фактором, определяющим жесткие требования к его психике. В этом специфика спорта высших достижений.

В современный период своего развития спорт высших достижений все заметнее профессионализируется. Это значит, что у определенной части спортсменов, начинающих с так называемого любительского спорта, спортивная деятельность при известных условиях занимает основное место в образе жизни. Без такой профессионализации мировые высоты современного спорта оказались бы непреодолимыми.

Выводы: 1. Физическую культуру можно подразделить на ряд больших разделов, которые по своим особенностям соответствуют различным направлениям и сферам ее использования в обществе. Каждый раздел включает виды и разновидности физической культуры определенного типа: базовая физическая культура, спорт, профессионально прикладная физическая культура, оздоровительно – реабилитационная, «фоновая» физическая культура.

Фактически эти компоненты не только взаимосвязаны, но и отчасти совпадают. Вместе с тем они имеют вполне определенные различия, как по функциям, так и по структуре.

2. Многогранные способности, формирующиеся средствами различных видов физической культуры, а также специфическими средствами и методами, будучи включенными в профессиональную деятельность, социальное общение и научное познание, становятся необходимым компонентом, важнейшим условием дальнейшего всестороннего развития будущих специалистов различных видов их общественной жизнедеятельности.

3. Спорт представляет собой собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также межчеловеческие отношения нормы, ее присущие. Характерной особенностью спорта является соревновательная деятельность, специфической формой которой являются соревнования, позволяющие выявлять, сравнить и сопоставлять человеческие возможности на основе четкой регламентации взаимодействия соревнующихся, унификацией состава действий (вес снаряда, соперника и т. д.), условий из выполнения и способов оценки достижений по установленным правилам. Специальная подготовка к соревновательной деятельности в спорте осуществляется в форме спортивной тренировки.

4. Социальная ценность спорта заключается в том, что он представляет собой совокупность наиболее действенных средств и методов физического воспитания, одну из основных форм подготовки человека к трудовой и другим общественно необходимым видам деятельности.

В качестве продукта общественного развития он составляет органическую часть культуры общества и в зависимости от конкретно

социальных условий приобретает различные черты и формы.

СОДЕРЖАНИЕ

Вступительное слово.....	8
Антипова Е.М. Физкультурно-спортивная активность – основа здорового образа жизни девушек в процессе обучения	9
Артамонов А.В. Распределение объемов тренировочных нагрузок в годичном цикле тренировки юных дзюдоистов	11
Афонасьев С.Л. Применение кинезитерапии при болях в спине у детей и подростков.....	14
Афонин М.А., Михайлова Т.В. Процесс формирования индивидуального стиля ведения поединка юных спортсменов.....	16
Ахапкин В.Н. Исследование батареи тестов физической подготовленности школьников 5-6 классов на соответствие информативности и надежности... 18	
Ахильгова З.С., Богданова О.Ю. Физическая культура как один из методов оптимизации функционального состояния студентов лечебного факультета в процессе обучения	20
Бараненкова И.А. Характеристика физического развития и подготовленности девушек медицинского колледжа	22
Богданова О.Ю., Ахильгова З.С., Шишкин П.А. Сочетание средств ОФП и хатха – йоги улучшает адаптацию студенток к образовательному процессу	24
Бойченко С.Д., Зентек Блажей, Позюбанов Э.П. Биомеханические особенности техники разбега у элитных спортсменов в прыжках с шестом	26
Борисова В.В. Инновационная педагогическая технология оздоровительной работы в режиме учебного дня младших школьников.....	30
Брызгалов Г.В. Педагогические аспекты скоростной подготовки юных хоккеистов.....	33
Германов Г.Н., Машошина И.В. Технология построения урока физической культуры в общеобразовательной школе на основе первичных структурно-функциональных элементов – двигательных заданий.....	35
Гомбалева М.С., Елисеева И.Н., Маринич В.В. Формирование агрессивного поведения в детском возрасте	37
Гончаров Ю.С. Характеристика тренировочного процесса девушек, занимающихся борьбой самбо	41
Губа В.П. Проблема выбора занятий физической культурой и их соответствия индивидуальности занимающегося	42
Губа Д.В. Эффективность физкультурно-оздоровительных занятий в секции баскетбола с юношами 12-14 лет.....	48
Егозина В.И. Технология преподавания студентам факультета «Физическая культура» Дисциплины « Управление образовательными системами в физическом воспитании и спорте».....	50
Ежов П.Ф. Показатели соревновательной деятельности футболистов групп спортивного совершенствования.....	53

Елисеева И.Н., Маринич В.В. Проблемы формирования личности подростков, употребляющих психоактивные вещества.....	54
Ермаков В.А., Ермаков С.В., Субботина Т.И., Яшин А.А. Проблема преемственности физического воспитания в разных звеньях образования....	57
Жихар С.В. Общеподготовительные упражнения в учебно-тренировочной практике борцов самбо 16-17 лет	62
Зыбин Ю.В., Шайя Адим Самих Реабилитация спортсменов при травмах крестообразной связки коленного сустава	64
Калюжин В.Г., Зыбин Ю.В., Попова Г.В., Калюжин В.В. Тест-шаблон для оперативного контроля знаний	69
Кашмина Е.О. Дозирование физических нагрузок для студентов специальной медицинской группы с использованием биоритмологического подхода	71
Квашук П.В., Тимакова Т.С. Совершенствование системы соревнований в практике подготовки спортивного резерва.....	74
Ковалева Е.А. Возможности воспитания культуры здоровья в общеобразовательной школе.....	77
Косенкова Т.В., Маринич В.В. Реабилитация и социализация лиц с ограниченными возможностями здоровья с использованием технологии обучения в вузе	79
Крылов Л.Ю., Михайлова Т.В. Индивидуализация тренировочных нагрузок гребцов-академистов на основе морфологического исследования сыворотки крови	81
Кулишенко И.В., Шустова Е.В. Реализация компетентностного подхода при формировании основной образовательной программы подготовки бакалавров	82
Култыгина С.В. К вопросу о влиянии оптимальной двигательной активности на уровень здоровья молодых людей.....	86
Курьянова Н.И. Место информационных технологий в системе подготовки и переподготовки педагогических кадров по физической культуре	88
Легонькова Т.И., Легонькова А.С., Матвеева Е.В., Панфилова Н.А. Показатели здоровья детского населения г. Смоленска и факторы, его формирующие, на современном этапе	90
Леонтьева М.С., Субботина Т.И., Яшин А.А. Особенности состояния здоровья, физического, психоэмоционального развития и физической подготовленности воспитанников интернатных учреждений.....	95
Ляшенко Х.М., Веневцева Ю.Л. Влияние 12-недельного курса оздоровительных занятий аэробной направленности на показатели артериального давления у студентов-медиков.....	98
Максименко А.М., Михайлова Т.В., Рубин В.С., Епифанов К.Н. Совершенствование физического воспитания в общеобразовательных школах Российской Федерации	100
Маринич В.В., Крылов Л.Ю., Михайлова Т.В. Повышение	

эффективности системы подготовки спортсменов высшей квалификации в академической гребле на основе реализации индивидуального подхода в оценке состояния здоровья.....	103
Маринич В.В., Хрусталеv Г.А. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы спортсменов занимающихся мини-футболом.....	105
Маринич Т.В., Морозов О.С., Маринич В.В. Здоровьеориентированное обучение в стратегии высшего профессионального образования	107
Машошина И.В. Классификация двигательных заданий материала легкой атлетики программы по физической культуре школьников 5-6-х классов....	110
Михайлов Н.Г., Пшенников С.А. К вопросу о культуре здоровья учащихся	113
Михайлова Т.В., Епифанов К.Н., Максименко А.М. Физическое воспитание в общеобразовательных школах Российской Федерации	114
Моисеенков Г.А., Губа В.П. Оценка физического и функционального состояния школьников города Смоленска по показателям паспорта здоровья	117
Морозов О.С., Маринич В.В., Маринич Т.В. Особенности оценки отношения к собственному здоровью учащихся в условиях современного социума.....	119
Мякотных В.В. Особенности современной оздоровительной тренировки	123
Начинская С.В. Личная физическая культура школьника.....	126
Ненашев Е. Взаимосвязь физического и патриотического воспитания школьников в учреждениях дополнительного образования.....	129
Никитушкин В.Г., Артамонов С.В. Построение годичного цикла тренировки 12-14-летних дзюдоистов	130
Никитушкина Н.Н., Воляникова И.А. Деловая игра как система подготовки специалиста детско-юношеского спорта.....	131
Островская О.Ю. Оценка личностных особенностей детей, переживших насилие	134
Панасенкова Е.В., Кривоносова Г.М. Связь антропогенной нагрузки и распространения бронхиальной астмы у детей.....	137
Парамонова Н.А. Особенности социальной политики в Калужском регионе.....	141
Пегова А.В., Пегов В.А. Двигательная активность детей как фактор устойчивости к новым видам зависимостей.....	146
Петрукович Н.П., Врублевский Е.П., Власова С.В. Развитие двигательной активности часто и длительно болеющих детей младшего школьного возраста на основе преобладания циклических упражнений	149
Плакшина О.И. Оздоровительная фитнес-методика при гипертонии	151
Подольская И.А. О психологическом сопровождении детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.....	153
Покровская С.Е. Насилие в семье и его последствия для социально-психологического развития детей	157

Попова Г.В., Скуратович Е.Н., Калюжин В.Г. Проблемы развития координации на уроках физкультуры школьников с нейросенсорной тугоухостью	162
Пресняков В.В. Параметры физического развития спринтеров различных профилей специализирующихся в беге на 400м	165
Приходько В.И., Пальвинская Л.В. Взаимосвязь показателей гемодинамики и физической подготовленности у лиц с функциональными нарушениями сердечно-сосудистой систем	167
Прохорова Е.П. Психологическая коррекция детей с высоким уровнем тревожности	171
Родин А.В. Особенности функциональной и психической подготовленности студентов в процессе занятий мини-волейболом	177
Романов В.А. Деятельность педагогического вуза по созданию здоровьесберегающего пространства	179
Романов В.А., Борисова В.В. Применение элементов атлетической гимнастики на уроках физической культуры у школьников 16-17 лет	182
Романов И.П. Распределение объемов тренировочной нагрузки у метателей молота	186
Русакова С.Б. Некоторые аспекты проведения уроков физической культуры с детьми, имеющими проблемы со здоровьем	187
Самойлов А.Б. Технологический подход в процессе формирования тактического мастерства юных теннисистов 10-12 лет	190
Сахаревич И.И. Характеристика функционального и психофизиологического состояния спортсменов, занимающихся спортивными единоборствами	193
Семаева Г.Н. Факторный анализ функционального состояния футболистов высокой квалификации	196
Скобликова Т.В., Скриплева Е.В. Персонализированная модель повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров сферы физической культуры, спорта и туризма	199
Скорович С.Л. Особенности целенаправленной функциональной тренировки в мини-футболе	204
Солодников А.В. Возрастные изменения мышечной работоспособности у детей с нарушениями зрения 8-16 лет	205
Тихомиров Ю.В., Созинов И.В. Анализ организации первоначального отбора детей для занятий футболом и мини-футболом	208
Филипский А.Ю. Тематическое планирование третьего дополнительного урока в школе	211
Хрусталева Г.А. Характеристика комплексной психофизиологической диагностики спортсменов в игровых видах спорта	214
Чернова В.Н., Крупенькина О.Н. Особенности психофизиологического и психологического состояния школьников города Смоленска	221
Чуркова И.Н. Степ-аэробика на уроке физической культуры и во внеклассной работе	225

Шакура А.А., Яковлев А.Н. Спорт как компонент специализированного направления физической культуры	228
Шелипанская Э.В. Анализ показателей удовлетворенности студентов процессом обучения.....	231
Яковлев А.Н. Общепедагогические аспекты проблемы телесности.....	233