

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФГБОУ ВПО ИШИМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
ИНСТИТУТ ИМ. П.П. ЕРШОВА

Факультет физической культуры  
Кафедра теории и методики физической культуры



**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
СТУДЕНТОВ  
И СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА**

**Сборник статей и тезисов  
Всероссийской научно-практической конференции  
с международным участием  
21-22 ноября 2013 года**

Ишим  
2013

УДК  
ББК  
С

Печатается по решению редакционно-издательского совета ИГПИ им. П.П. Ершова

**Рецензенты:**

Современные проблемы физического воспитания студентов и студенческого спорта : сб. ст. и тезисов Всероссийской науч.-практической конф. с международным участием / ред.-сост. А.Г. Поливаев. – Ишим : Изд. ИГПИ им. П.П. Ершова, 2013. – 130 с.

Сборник статей и тезисов содержит материалы об актуальных проблемах студенческого спорта и физического воспитания молодежи России и ближайшего зарубежья; в сборнике представлены труды ученых России, Беларуси, Казахстана, которые могут быть использованы учителями физической культуры общеобразовательных школ, ссузов и вузов, а также тренерами различной квалификации, работающих с детскими коллективами и взрослыми высококвалифицированными командами.

© ФГБОУ ВПО «Ишимский  
государственный педагогический  
институт им. П.П. Ершова», 2013

# ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ

## Личностные профили «успешных» и «неуспешных» студентов 2-го курса ФЗОЖ

И.Н.Григорович,  
Полесский государственный университет,  
г.Пинск, Республика Беларусь

В целях улучшения качества подготовки специалистов в высшей школе обуславливается необходимость усиления результативности процесса обучения студентов вузов на основе его индивидуализации и дифференциации, позволяющей наиболее полно раскрыть их потенциальные возможности.

Проблема индивидуальных различий учащихся, студентов и их дифференцированного обучения давно волнует педагогов и учёных и является не только социально-психологической и философской, но и собственно педагогической проблемой [4].

Совершенно очевидно, что наитруднейшие вопросы, которые встают перед педагогом, это вопросы о том, как дифференцировать занимающихся, по каким критериям выделять их особенности, каким образом определять тот начальный, стартовый уровень развития, от которого нужно отталкиваться в организации процесса обучения.

Индивидуализация обучения предполагает собой дифференциацию учебного материала, разработку систем заданий различного уровня трудности и объема, разработку системы мероприятий по организации процесса обучения в конкретных учебных группах, учитывающей индивидуальные особенности каждого учащегося [3].

Одной из важнейших основ индивидуализации и дифференциации в обучении является учет психологических особенностей учащихся [5].

С этой целью мы провели исследование индивидуально-психологических особенностей студентов факультета организации здорового образа жизни (ФЗОЖ) Полесского государственного университета Республики Беларусь.

Особенности мотивационной, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальные, коммуникативные особенности и особенности межличностного взаимодействия изучались с помощью опросника Р. Кеттелла [2]. Была использована сокращенная форма, состоящая из 105 вопросов-утверждений. Обследуемому предлагают занести в регистрационный бланк один из вариантов ответа на вопрос: «да», «нет», «не знаю» (или «а», «в», «с»); при этом его предупреждают о том, чтобы ответов «не знаю» было как можно меньше. Полученные результаты выражаются в шкале стэнов. Строится «профиль» личности, при интерпретации которого руководствуются степенью выраженности каждого фактора, особенностями их взаимодействия, а также

нормативными данными. Стены распределяются по биполярной шкале с крайними значениями в 1 и 10 баллов. Соответственно, первой половине шкалы (от 1 до 5,5) присваивается знак «-», второй половине (от 5,5 до 10) знак «+». При интерпретации данных уделяется внимание, в первую очередь, «пикам» профиля, то есть наиболее низким и наиболее высоким значениям факторов, в особенности тем показателям, которые в «отрицательном» полюсе находятся в границах от 1 до 4 стенов, а в «положительном» - от 7 до 10 стенов.

Анкетирование с помощью опросника Р.Б. Кэттелла 110 студентов 2 курса (100%-ая выборка) ФЗОЖ, анализ результатов сдачи зачета по спортивным играм (раздел баскетбол) позволило выделить группы: «успешные» - средний балл сдачи зачета по технике баскетбола от 8 до 10 баллов (n=18); «неуспешные» – средний балл меньше 4 баллов (n=19) и определить усредненный личностный профиль и их различия в этих группах (рис.1).

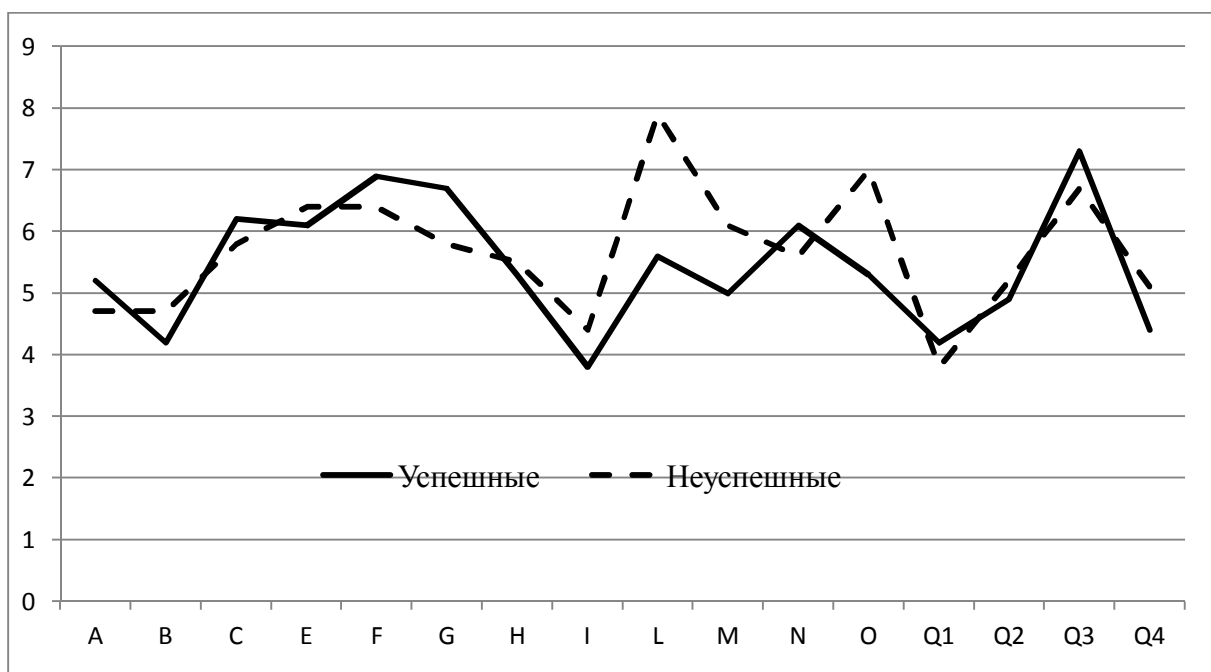


Рис.1. Личностные профили студентов 2 курса ФЗОЖ с различным уровнем успешности овладения техникой баскетбола

В группе «успешных» наблюдается 3 положительных пика: по фактору F (импульсивный, веселый, оптимистичный), по фактору G (сознательный, настойчивый, обязательный), по фактору Q<sub>3</sub> (контроль своих эмоций и поведения) и 4 отрицательных: фактор B (менее интеллектуально развит, преобладает конкретное мышление), фактор I (независимый, полагается на себя, не терпит бессмыслицы), фактор Q<sub>1</sub> (консервативный, терпимый к традиционным трудностям), фактор Q<sub>4</sub> (склонен к уравниванию, удовлетворенности). Выраженность таких качеств у «успешных» студентов, наверное, и предполагает качественное усвоение техники баскетбола. Конкретность мышления (фактор B) не совсем подходит для баскетболистов, особенно в игровых условиях, но обучение технике игры не требует столь

логического, вариативного мышления, ведь на первых этапах освоения игровых приемов нужно терпение, настойчивость и сознательное, многократное повторение.

В группе «неуспешных» также отмечается 3 положительных пика, по фактору  $Q_3$  как и «успешных», а вот два других существенно отличаются. Фактор L (недоверчивый, часто погружен в свое «Я», плохо работает в группе), фактор O (тревожный, преобладает плохое настроение, считает, что его не принимает группа). Кроме этого в данной группе выражен и фактор  $Q_1$ , как и у «успешных».

Сопоставляя эти два профиля (рис.1), можно заметить, что общая конфигурация рисунка совпадает, но по отдельным факторам имеются существенные различия в количественном выражении. Неуспешные студенты более недоверчивы, сомнительны, часто погруженные в свое «Я», плохо работают в группе (фактор L) при  $P < 0,01$ ; более тревожны, у них преобладает плохое настроение, они считают, что их не принимает группа (фактор O) при  $P < 0,05$ .

С целью повышения эффективности освоения технических приемов по баскетболу таким студентам необходимо снизить чувство ответственности за качество выполнения двигательных действий, повысить уверенность в конечном результате (за счет четких, интересных и доступных заданий), чаще привлекать к групповым упражнениям с определением лидерских позиций и поощрять их за удачное исполнение.

Учитывая прошлогодние [1] наши результаты исследования индивидуально-психологических особенностей студентов различных вузов, которые показывают, что конфигурация общего рисунка профиля личности испытуемых ФФК ИГПИ им П.П.Ершова и ФЗОЖ ПолесГУ практически совпадает, но по отдельным факторам все же заметна количественная разница выраженности признака. У студентов ПолесГУ отмечается более низкая общительность, осторожность (фактор A.F), конкретность мышления, меньшая способность к обучению (фактор B), погруженность во внутренние потребности и склонность к неприятным для окружающих поведению (фактор M), эмоциональная неустойчивость, раздражительность (фактор C), высокий уровень тревожности, беспокойства (фактор O). Сопоставить профили «успешных» и «неуспешных» студентов по спортивным играм данных вузов в предыдущем исследовании не было возможности, т.к. студенты ФЗОЖ ПолесГУ не проходили данную дисциплину. В течение 2012-2013 учебного года они изучали технику и тактику баскетбола в объеме 70 аудиторных часов.

Сегодня мы можем сравнить профили «успешных» и «неуспешных» студентов по спортивным играм Российского и Белорусского вузов.

Как и в целом для всей выборки испытуемых конфигурация личностного профиля «успешных» студентов ФФК (ИГПИ, Россия) и ФЗОЖ (ПолесГУ, Беларусь) имеет схожую картину (рис.2). Однако, по «фактору B» (способность воспринимать и усваивать новый материал) Ишимские студенты на статистически значимом уровне ( $p < 0,01$ ) превосходят студентов 2 курса ФЗОЖ из ПолесГУ, хотя ни у одних, ни у других данный фактор не доходит

до границ явно выраженных. По трем факторам: М (практичность, способность обращать внимание на детали и сохранять присутствие духа в трудных ситуациях), Q<sub>1</sub> (терпимость к традиционным трудностям), Q<sub>2</sub> (групповая зависимость, предпочтение к работе и принятию решения в группе) у студентов

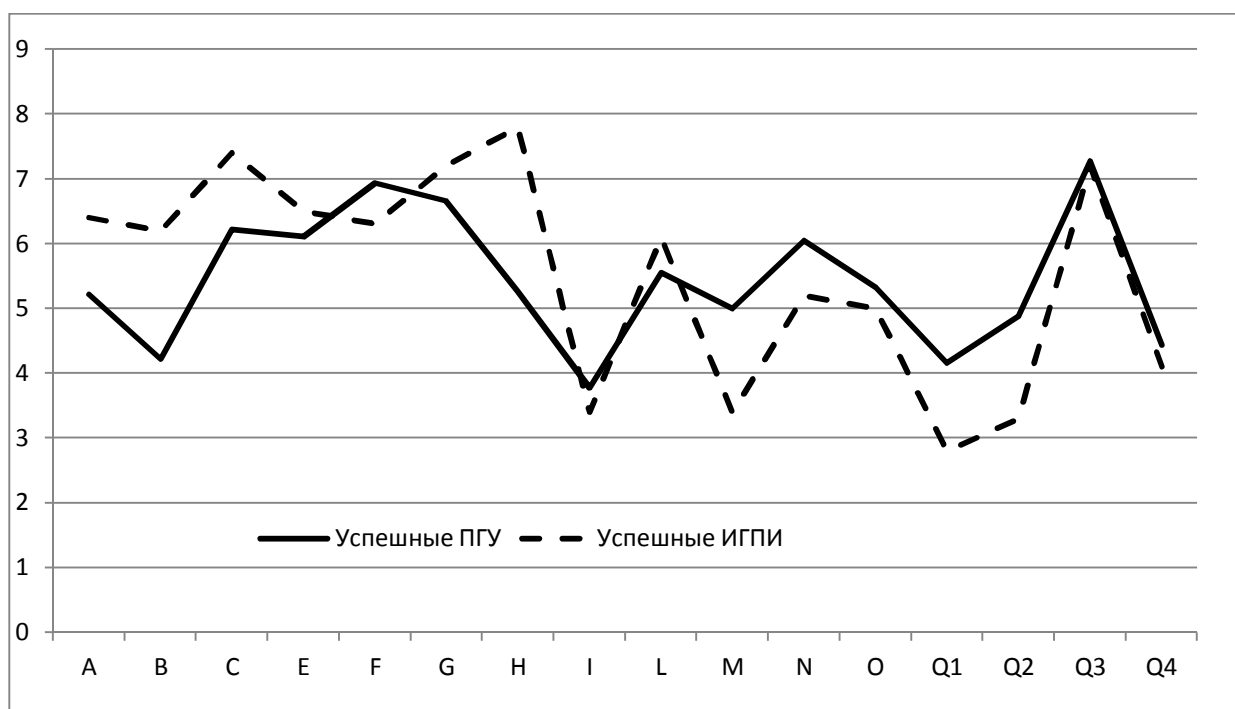


Рис.2. Личностные профили «успешных» студентов в овладении техникой баскетбола

из Российского вуза показатели равны менее 4 баллам, т.е. носят выраженный характер, а у «успешных» белорусских студентов они находятся на среднем уровне. Именно по ним отмечают статистически значимые различия при  $P < 0,05$ . Кроме того, «успешные» студенты факультета физической культуры из ИГПИ им. П.П. Ершова имеют явно выраженные пики по факторам С (эмоциональная устойчивость, активность), Н (социальная смелость, общительность), а у второкурсников факультета организации здорового образа жизни из ПолесГУ, успешно освоивших технику баскетбола, числовые значения данных факторов вкладываются в средний уровень. И хотя различия по данным признакам статистически недостоверны, но приближаются к порогу значимости.

Сравнивая профили «неуспешных» студентов двух вузов (рис.3), можно заметить почти ту же картину, общая конфигурация рисунка сохраняется, но по некоторым факторам имеются существенные различия. Как ни странно, но в группе «неуспешных» студентов в ИГПИ выделяются три пика по факторам: G+ (сознательность, настойчивость), I- (независимость, реалистичность), Q<sub>1</sub> (консерватизм, терпимость к традиционным трудностям). Обычно данными качествами обладают хорошо успевающие студенты, но из практики

преподавания спортивных игр замечается тенденция: лучшими на спортивной площадке становятся не отличники и даже не хорошисты в учебе.

У студентов ПолесГУ из этой группы также выделяется три фактора, но кроме Q<sub>1</sub> больше совпадений нет. Особо высокий пик по фактору L+ (сомневающийся, часто погружен в свое «Я», плохо работает в группе) и достигает 7 баллов фактор O (тревожность, испытывает чувство, что его не воспринимает группа).

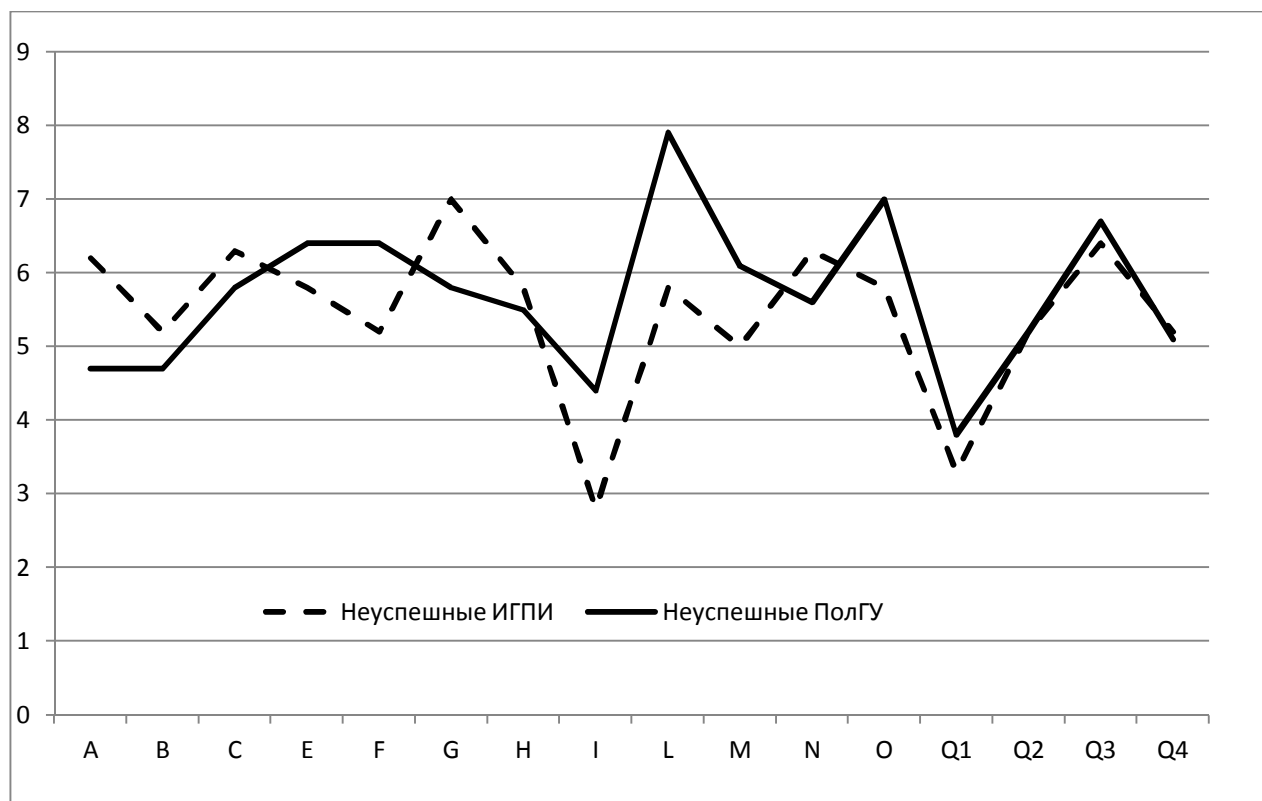


Рис.3. Личностные профили «неуспешных» студентов в овладении техникой баскетбола

Кроме того, статистическая обработка полученных данных показала, что среди выделенных групп имеются значимые различия по факторам: L (доверчивость - подозрительность), I (зависимость - независимость) при  $P < 0,01$ ; A (общительность - сдержанность), F (осторожность - активность) при  $P < 0,05$ .

Таким образом, можно заключить, что индивидуально-психологические особенности студентов значительно влияют на успешность обучения в вузе. Необходимо выделять средне-групповые показатели «успешных» и «неуспешных» студентов, но при этом мало только ориентироваться на средние данные выделенных групп, а учитывать еще индивидуальные качества каждого студента. Из проведенного исследования видно, что профили личностных качеств студентов различных вузов имеют существенные различия, поэтому можно ориентироваться на литературные данные, но все же опираться нужно на конкретные результаты, полученные в данном регионе, вузе.

### Библиографический список

1. Григорович, И.Н. Влияние индивидуально-психологических особенностей студентов на успешность обучения [Текст] / И.Н. Григорович, А.Г. Поливаев // Здоровье для всех: сборник статей V Международной научно-практической конференции, УО «Полесский государственный университет», г.Пинск, 25-26 апреля 2013г. – Пинск: ПолесГУ, 2013. - Часть 2. - С. 256-259.
2. Карелин, А. Большая энциклопедия психологических тестов [Текст] / А. Карелин. – М: ЭКСМО, 2007, - 416 с.
3. Лебединцев, В.Б. Индивидуализация обучения в общеобразовательной школе как психолого-педагогическая проблема [Электронный ресурс] / [http://www.superinf.ru/view\\_helpstud.php?id=4088](http://www.superinf.ru/view_helpstud.php?id=4088).
4. Мишина, Л.Г. Индивидуализация обучения студентов в вузе с позиций гуманизации образования [Текст] : дис... канд. пед. наук / Л.Г. Мишина. - Сочи, 2000. – 167 с.
5. Смирнов, С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности и личности [Текст] / С.Д. Смирнов. -М.: Академия, 2003. – 232 с.

### Современные подходы к организации занятий йогой

С.В.Зайцева

Институт физической культуры

Тюменского государственного университета, г.Тюмень

В последние годы разработано немало инновационных технологий воспитания, развития и оздоровления. В их основу положены различные подходы, в том числе элементы восточных оздоровительных практик, таких как йога.

История йоги насчитывает несколько тысячелетий. До сих пор не представляется возможным точно назвать дату ее происхождения. Согласно ведическим писаниям йогу можно считать вечной, так как она была поведена миру самим Богом.

Последние открытия археологов позволяют утверждать, что йоге не менее 5000 лет. Существует версия, что система упражнений йоги сложилась еще во времена доарийской культуры. Об этом свидетельствуют результаты археологических раскопок городов протоиндийской цивилизации Мохенджо-Даро и Хараппы (17-16 вв. до н.э.), где были найдены первые изображения асан. [2].

Одни из первых повествований о практикующих йогу встречаются около 3000 лет до н.э. в Ригведе («Книга гимнов») – первом известном памятнике индийской литературы и древнеиндийской мифологии, где знания йоги, традиционно передаваемые устно, впервые нашли свое письменное отражение [6].

Предпосылки распространения философии йоги в России сложились ещё в конце XIX - начале XX веков, однако в системе массовой оздоровительной



## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ.....</b>	<b>5</b>
<i>Григорович И.Н.</i> Личностные профили «успешных» и «неуспешных» студентов 2-го курса ФЗОЖ.....	5
<i>Зайцева С.В.</i> Современные подходы к организации занятий йогой.....	10
<i>Китаев П.А., Шевицов В.В., Яковлев Д.С.</i> Обучение и тренировка курсантов в метании гранат на точность.....	14
<i>Колунин Е.Т., Гуртовая М.Н., Прокопьев Н.Я.</i> Современные подходы к оценке «качества жизни» взрослых и детей (краткий обзор литературы)....	19
<i>Крылова Т.И.</i> Психофизическое состояние студентов-дизайнеров.....	25
<i>Кудрявцев Н.В.</i> Изучение истории становления и развития российской физической культуры и спорта в советской историографии.....	28
<i>Лимаренко О.В., Лимаренко А.А.</i> Динамика некоторых показателей физической выносливости школьников 12-15 лет.....	32
<i>Лимаренко О.В., Лимаренко А.П.</i> Оценка уровня личностной двигательной активности детей, занимающихся в ДЮСШ.....	39
<i>Острецов Б.В.</i> Компетентностно-ориентированный подход в физкультурном образовании студентов педвузов.....	45
<i>Пасюкова И.Ю., Вериго Л.Н., Моор М.Ю.</i> Волейбол как средство физической культуры в программе специального медицинского отделения согласно ФГОС ВПО третьего поколения в ФГБОУ ВПО «ОГИС».....	48
<i>Прокопьев Н.Я., Колунин Е.Т., Гуртовая М.Н.</i> Функциональное состояние сердечнососудистой системы мальчиков 8 лет г. Тюмень, страдающих аллергическим ринитом, при дозированной физической нагрузке.....	51
<i>Скидан А.А., Севдалев С.В., Врублевская Л.Г.</i> Инновационная методика физкультурно-оздоровительных занятий со студентками.....	56
<i>Фомичева Н.В., Рябов С.В.</i> Использование пришкольных спортивных сооружений в совершенствовании физкультурно-оздоровительной работы общеобразовательного учреждения.....	60
<i>Шабанов А.В.</i> Физическая культура личности студента: понятие и содержание.....	63
<i>Шевицова В.В.</i> Формирование здорового образа жизни учащихся в условиях профильной оборонно-спортивной подготовки.....	65
<i>Яковлев Д.С., Шевицов В.В., Китаев П.А.</i> Сравнительная характеристика показателей физической подготовленности курсантов ТЮИ МВД РФ и ТВВИКУ.....	69
<b>ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА.....</b>	<b>75</b>
<i>Анпилогов И.Е.</i> Проблемное поле совершенствования спортивного мастерства юных спортсменов в видах спорта с преимущественным	

проявлением выносливости.....	75
<i>Завгородний А.А.</i> Особенности межличностных отношений в спортивной команде.....	77
<i>Козин В.В.</i> Особенности психофизиологической подготовки к игровой деятельности в спортивных играх.....	80
<i>Козин В.В., Гераськин А.А.</i> Психолого-педагогический анализ при реализации деятельностного подхода в подготовке спортсменов.....	87
<i>Насонов В.В., Чачин А.В.</i> Анализ смотр-конкурса «Спортивная элита» по номинациям и числу номинантов в Тюменской области (за период 1995-2012 г.г.).....	92
<i>Поливаев А.Г.</i> Особенности управления спортивной подготовленностью студентов-мини-футболистов в рамках учебного годовичного графика.....	99
<i>Стародубцева И.В., Шарипова А.И.</i> Особенности физического здоровья и интеллекта дошкольников, занимающихся спортивной гимнастикой.....	103
<b>ГЛАВА 3. ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....</b>	107
<i>Ветренко А.А.</i> Обучение легкоатлетическим видам на уроках физической культуры в школе.....	107
<i>Даниленко О.В.</i> Современный взгляд на проблему обучения переводу английской туристской терминологии студентов специализации «Социально-культурный сервис и туризм» в физкультурном вузе.....	110
<i>Поливаев А.Г.</i> Возможности оценки развития профессиональных компетенций студентов на основе балльно-рейтинговой системы.....	114
<i>Поливаев А.Г., Черемисов А.В., Фомичева Н.В., Родионов А.Н.</i> Об изменении подходов в преподавании профильных дисциплин на факультетах физической культуры в педагогических вузах.....	118
<i>Поливаев А.Г.</i> Формирование информационной компетентности студентов физкультурного факультета в условиях требований ФГОС.....	120
<i>Терновский Я.Е., Мальчевский В.А.</i> Комплексная система оценки физиологической подготовленности мальчиков занимающихся мини-футболом.....	125
<i>Юрина О.В.</i> Методика формирования свода стопы детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры.....	129