

# XXIV

## ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ИЗМЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ



Коломна  
2014

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**  
**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**  
*ГАОУ ВПО «Московский государственный областной социально-  
гуманитарный институт»*

**РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ**  
**Институт возрастной физиологии**

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ**  
**Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и  
спорта**

**XXIV МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ  
ПО ПРОБЛЕМАМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ  
«ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В  
ИЗМЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ»  
(МАТЕРИАЛЫ КОНФЕРЕНЦИИ)**

Коломна 2014

УДК 796 (063)  
ББК 75 я 431  
Ч-39

Рекомендовано к изданию редакционно-  
издательским советом «Московского государственного  
областного социально-гуманитарного института»

Рецензенты –

Железняк Ю.Д. – доктор пед. наук, профессор,  
Петунин О.В. – доктор пед. наук, профессор.

Ч-39 XXIV Международная научно-практическая конференция по проблемам физического воспитания учащихся «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире» (Материалы конференции) / Министерство образования Московской области ГАОУ ВПО «Московский государственный областной социально-гуманитарный институт» [и др.] - Коломна: МГОСГИ, 2014. – 481 с.

ISBN 978-5-98492-203-6

В настоящий сборник вошли материалы научных исследований, присланные на научно-практическую конференцию по проблемам состояния здоровья и физического воспитания учащихся школ, средних учебных заведений, Вузов и рассмотренные редакционной комиссией. В прошедших конкурсах работ отражается сегодняшнее состояние науки о физическом воспитании и спорте в РФ, и анализируются пути совершенствования двигательной сферы детей, подростков, молодежи, улучшения состояния их здоровья. Конференция проходила с 26 сентября по 28 сентября 2014 года. В её программе работало пять секций, на которых обсуждались следующие вопросы: 1) Аспекты состояния здоровья детей и учащихся, здоровьесберегающие технологии; 2) Физическая культура детей, подростков, учащихся и молодежи в современном мире; 3) Подготовка и переподготовка педагогических кадров по физической культуре; профессионально-прикладная физическая культура; 4) Перспективы подготовки спортивных резервов; 5) Теоретико-практические вопросы общей педагогики и человековедения.

Сборник предназначен для научных работников, учителей и преподавателей физического воспитания, методистов по оздоровительной физической культуре, врачей и специалистов по лечебной физкультуре, тренеров по спорту, студентов педагогических и физкультурных специальных учебных заведений.

Редакционная комиссия:

Отв. редактор: Прокудин Б.Ф.

Редакционная комиссия: Бакланов Л.Н.(Коломна), Голощапов Б.Р. (Москва), Елина Н.В.(Коломна), Ефремова Е.В. (Коломна), Веселкин М.С. (Коломна), Комаров А.В. (Москва), Квашук П.В. (Москва), Лях В.И. (Польша), Максименко Г.Н.(Украина), Сонькин В.Д. (Москва), Тарасова Л.В. (Москва), Усманходжаев Т.С. (Узбекистан), Чепулинес А.(Литва), Швец Г.В. (Коломна).

ISBN 978-5-98492-203-6

© Московский государственный  
областной социально-гуманитарный институт

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ  
МОЛОДЕЖИ

Кузнецова Е.Т.

Национальный университет водного хозяйства и природоиспользования,  
г. Ровно, Украина.

Аннотация. В статье представлены статистические показатели физкультурно-оздоровительной работы в ВУЗах Ровенской области, дается критический анализ существующей системы воспитания у студентов культуры здорового образа жизни, всего образовательного процесса по физическому воспитанию в высших учебных заведениях, раскрываются его недостатки, определяются пути их преодоления.

Ключевые слова: студенты, здоровый образ жизни, физическое воспитание.

Annotation. The article gives a critical analysis of the existing system of teaching the students healthy ways of life and of the whole educational process in physical training in higher educational establishment. Main problems and ways of their solving are considered.

Key words: students, healthy the way of life, physical training.

Актуальность. Социально-экономические преобразования в Украине, глобальный экологический кризис актуализировали проблему сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи. Это поставило перед высшими учебными заведениями задания по созданию таких условий всестороннего развития молодых людей, которые способствовали б улучшению их физического и психического здоровья, гармонизации взаимоотношений с окружающей социальной средой, от чего зависит будущее всего общества, в целом, и каждой личности, в отдельности. В решении этих задач большое значение принадлежит правильной организации процесса формирования у студентов здорового образа жизни средствами физической культуры. Именно от содержания, объема, последовательности, практического направления учебного процесса во многом зависит эффективность воспитания у студентов навыков здорового образа жизни. Решение оптимального соотношения перечисленных моментов дает надежду на улучшение управления качеством учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию в ВУЗах и определяет основную проблему исследования, направленную на концептуальное, технологическое и методическое обеспечение формирования у студентов здорового образа жизни средствами физической культуры.

Анализ последних исследований и публикаций. Проблемы здоровья, оптимального объема («достаточного уровня», О. О. Малимон, 2009) двигательной активности и здорового образа жизни рассмотрены в работах Г. Л. Апанасенка, В. И. Глухова, М. Д. Зубалия, С. А. Закопайла, И. В. Муравова, М. В. Дутчака, О. С. Куца, В. Н. и З. С. Кряж, А. В. Маглеваного и др. Вопросы сохранения здоровья школьников и студенческой молодежи сегодня активно обсуждаются в работах О. Ежовой, Г. П. Грибана Р. Т. Раевского, С. И. Присяжнюка, С. М. Канишевского, Е. Т. Кузнецовой и др.

Контент-анализ результатов физкультурно-оздоровительной работы в в учебных заведениях Украины и Западного региона в частности, в образовательных учреждениях Ровенской области позволил сделать следующие выводы. 1. Количество участников физкультурно-оздоровительных мероприятий всех учреждений образования в Украине ежегодно увеличивается. По данным ежегодных отчетов (п. VI. «Клубная работа») сокращается количество клубов физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности, как в регионе, так и в Украине, в целом, которые работали по месту жительства или обучения. Но увеличивается количество массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий и общее количество участвующих в них человек (п. V. «Физкультурно-оздоровительная работа») [5]. Поэтому позитивная динамика статистических показателей физкультурно-оздоровительной деятельности в пределах региона и страны, прослеживается именно по этой причине. 2. Удельный вес студентов высших учебных заведений I–IV у. а. Украины, зачисленных по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу, к общему количеству студентов, посещающих занятия по физическому воспитанию составляет 10,29 – 11,67% [5]. 3. За последние 12 лет в Ровенской области почти вдвое увеличилось количество учеников и студентов, которые включены в спецмедгруппу. В этот период только количество учеников общеобразовательных школ, которые имеют отклонения в состоянии здоровья, увеличилось почти в четыре раза [6]. 4. Удельный вес студентов спецмедгрупп в высших учебных заведениях III–IV у. а. Ровенской области в 2013 году к общему количеству человек, которые посещают занятия по физическому воспитанию составляет 24,50% (по сравнению с 14,67 % в 2005 году) [7].

По результатам анализа литературы, государственно-правовых и законодательно-нормативных документов, статистических наблюдений установлено, что не смотря на наличие большого количества исследований, посвященных совершенствованию физического воспитания в учебно-воспитательных заведениях, существует необходимость дальнейшей разработки, изучения влияния и внедрения новейших технологий повышения уровня двигательной активности, которые могут быть включены в обязательные, факультативные и самостоятельные формы занятий физическим воспитанием студентов высших учебных заведений.

Исследование проведено согласно плана научно-исследовательской работы Национального университета водного хозяйства и природоиспользования в рамках выполнения заданий первого этапа (протокол №4 от 27 декабря 2013 г.) научно-исследовательской работы кафедры «Совершенствование процесса физического воспитания и повышение уровня спортивного мастерства студентов технических высших учебных заведений» номер госрегистрации – 0114U001146.

Цель исследования: На основе системного анализа изучить проблемное поле, современное состояние и тенденции развития системы воспитания у студентов культуры здорового образа жизни в рамках учебного процесса по физическому воспитанию в высших учебных заведениях, раскрыть недостатки, определить пути их преодоления.

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать основные направления и определить этапы проведения учебно-воспитательной работы по формированию здорового образа жизни студенческой молодежи.

2. Раскрыть недостатки и противоречия образовательного процесса в формировании здорового образа жизни средствами физического воспитания.

3. Разработать практические рекомендации по формированию здорового образа жизни студентов и определили основные направления по их реализации в высших учебных отделениях.

Методика. В процессе работы в соответствии с целью и задачами исследования был использован теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы, материалов сети Интернет. Контент-анализ осуществлялся для количественной оценки информации, представленной в нормативных документах и посвященной результатам физкультурно-оздоровительной деятельности студенческой молодежи. Педагогические наблюдения по организации процесса физического воспитания проводились на протяжении всего исследования с целью определения основных факторов, которые способствуют вовлечению студентов к занятиям физическими упражнениями.

Полученные результаты.

В основу работы положены идеи комплексности воспитания здорового образа жизни, целостного и деятельного подходов в организации физического воспитания, следуя принципам гуманизации, сознательности и активности, доступности и индивидуальности, системности и креативности педагогического процесса. На их основе сформулированы следующие тезисы, которые требуют теоретического и практического доказательства:

1. Осуществлять процесс физического воспитания необходимо при активном участии студентов, с осознанием ими ценности занятий физическими упражнениями для сохранения и укрепления здоровья, закаливания, способствовать правильному формированию навыков здорового образа жизни.

2. Содержательными сторонами этого процесса являются основные и вспомогательные средства физического воспитания как под руководством преподавателей, так и самостоятельного.

3. Техническими составляющими выступают механизмы совместной деятельности в системе «преподаватель – студент», с постепенным переходом к самостоятельности студентов.

4. Методическими составляющими процесса физического воспитания является доступность предлагаемых физических и психических нагрузок для каждого студента, четкая система занятий, которая обеспечивает последовательность в изучении упражнений, дифференцированного подхода к студентам с учетом пола, состояния здоровья, физического развития, двигательной подготовленности.

Реализация вышеупомянутых тезисов проходит в три этапа (рис. 1).

В результате исследования мы выделили основные проблемные стороны образовательного процесса по физическому воспитанию.

1. Противопоставление Государственной программы развития физической культуры и спорта в Украине и учебной программе по физическому воспитанию для высших учебных заведений III-IV у.а. (2003 г.).

Постановлением Кабинета Министров Украины (от 15 ноября 2006 г. № 1594/3078) была утверждена новая Государственная программа развития физической культуры и спорта на 2007–2011 годы. В преамбуле говорится: «Мировой опыт свидетельствует, что двигательная активность человека на протяжении всей жизни предохраняет от болезней и улучшает состояние здоровья. По интегральному показателю здоровья населения – продолжительности жизни – принимая во внимание среднестатистические данные, Украина занимает одно из последних мест в Европе. Ситуация, сложившаяся в сфере физической культуры и спорта, обусловлена следующими факторами:

несоответствие нормативно-правовой базы современным требованиям;

несовершенство спортивной инфраструктуры в производственной, учебно-воспитательной и социально-бытовой сферах;

низкий уровень заработной платы, разбалансированность в системе подготовки и повышения квалификации специалистов;

низкий уровень научного обеспечения развития физической культуры и спорта, недостаточное финансирование научных исследований (меньше 0,5 % расходов государственного бюджета направляются в сферу физической культуры и спорта);

недостаточная пропаганда среди широких слоев населения здорового образа жизни.

Целью Программы является создание условий для развития физической культуры и спорта, в частности, совершенствование соответствующего организационного и нормативно-правового механизма» [1]. Проведенный анализ показывает, что почти по всем пунктам задания Программы не выполнены. Существующая в Украине система физического воспитания находится в кризисном состоянии и не может обеспечить нужд населения [2]. Не смотря на оздоровительную направленность физического воспитания в Украине, задекларированную во множестве нормативно-правовых и программных документов, его организация есть, по сути, продолжением бывшей системы физического воспитания. В Концепции Общегосударственной социальной программы развития физической культуры и спорта на 2012–2016 годы, одобренной распоряжением КМУ от 31 августа 2011 года, № 828-р, излагается анализ причин возникновения этих проблем и объясняется необходимость решения их программным методом [2]. Существенного пересмотра требуют теоретико-методические, программно-нормативные, организационные основы физического воспитания студентов в современной Украине в сторону гуманизации, либерализации, гармонизации, использования валеологических ценностей физической культуры в соответствии с задекларированными в нормативно-правовых актах целями и задачами.

В инструктивном письме МОН Украины «Про организацию занятий по дисциплине «Физическое воспитание» в высших учебных заведениях Украины от 31.08.09 за № 1/9-582 дается пояснение, что при планировании занятий ... «предусмотрено осуществлять практические мероприятия для проведения обязательных часов по физическому воспитанию в объеме не меньше 4-х часов в неделю на протяжении всего периода обучения студентов за исключением последнего семестра и с включением посеместровых зачетов». Но на практике большинство ВУЗов Украины не имеют достаточное количество человеческих и финансовых ресурсов для реализации этих рекомендаций.

В соответствии с «Положением про организацию физического воспитания и массового спорта в высших учебных заведениях»,... «...физическое воспитание и массовый спорт в сфере высшего образования ставят целью обеспечить воспитание у студентов потребности самостоятельно овладевать знаниями, умениями и навыками управления физическим развитием человека средствами физического воспитания и научить использовать приобретенные знания в последующем» [4]. Но и этот документ имеет свои как положительные, так и отрицательные стороны, которые требуют отдельного исследования.

Эти факты свидетельствует о негативных тенденциях в физкультурно-оздоровительном движении, недооценки роли массовой физической культуры и спорта в содействии экономического и социального развития общества, повышения уровня здоровья, утверждения здорового образа жизни.

Таким образом, анализ нормативно-правовых документов свидетельствует о том, что стратегическим заданием в сфере физической культуры и спорта является воспитание физически и психически здорового поколения, формирования необходимых качеств характера социально активного человека, которые необходимы в условиях конкурентной экономической среды. Решение их необходимо ожидать не только в изменении недостаточного количества учебных часов, которые выделяются на физическое воспитание, но и в совершенствовании содержания самого образования, средствах и методах физического воспитания, в основном, во внеурочное время, которые способствовали б не только сохранению, но и укреплению здоровья студенческой молодежи, а в будущем – повышению их жизнедеятельности.

Может именно поэтому в последнее время все чаще на государственном уровне рассматриваются вопросы приоритетов развития физической культуры и спорта Украины, разрабатываются и реализуются комплексные мероприятия по пропаганде ЗОЖ, рассматриваются предложения специалистов сферы по поводу возрождения многоборья ГТО в Украине. [<http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/14442>].

С июля 2014 года более 200 молодежных организаций принимают участие в обсуждении концепции Государственной программы молодежной политики на 2016–2020 годы. В настоящее время в концепции Программы выделено четыре приоритета, как наиболее важные для поддержания и развития украинской молодежи – это неформальное образование, трудоустройство, обеспечение жильем и здоровый образ жизни. Ожидается, что итоговый текст концепции Государственной программы будет готов к середине сентября текущего года, а общественное обсуждение планируется в ноябре [3].

2. Отсутствием единой теории и практики на занятиях по физическому воспитанию, что прослеживается как на уровне преподавателей, так и на уровне сознания студентов.

На современном этапе развития украинского общества физическая культура и спорт, как гуманитарная сфера, имеет прямое отношение к человеку, который одновременно является их объектом и субъектом [8, с. 49]. Одним из главных



направлений в формировании здорового образа жизни – воспитание сознательного, внимательного, активного отношения к своему здоровью. Для формирования адекватного отношения к здоровью решающим фактором является определение его ценности, его места в структуре жизненнозначимых ценностей [10].

Профессор Б. М. Шиян считает, что гуманизация и демократизация процесса физического воспитания выгодно отличается тем, что проблемы студентов решаются при их активном участии. Они обсуждают планы своей деятельности, выбирают оптимальный вариант самосовершенствования, но оставляют за преподавателем право принятия окончательного решения. Демократический стиль управления требует от преподавателя терпения, учета им критических замечаний студентов, понимания их личных увлечений и проблем [11].

В монографии В.Н. Кряж, З.С. Кряж (2001) раскрыты концептуальные положения гуманизации физического воспитания. Авторы утверждают, что основным фактором, который влияет на корректировку системы взглядов, определяющих гуманизацию физического воспитания, является отношение к человеку [9, с. 56–57]. В соответствии с этим, физическое воспитание всегда должно быть направлено к человеку в удовлетворении его жизненно необходимых потребностей [9, с. 59].

Сложность решения проблемы здорового образа жизни в том, что он – «образ» – составляющая часть многих факторов, которые взаимосвязаны. Большинство однофакторных, а также многофакторных профилактических программ, например, в борьбе с курением, артериальной гипертонией, низкой физической активностью, ожидаемой эффективности не дали. Поэтому, основы формирования здорового образа жизни необходимо разрабатывать в комплексных программах сохранения и укрепления здоровья.

3. Отсутствие концептуального единства учебного процесса по физическому воспитанию и существующими сегодня требованиями, предъявляемыми к профессиональной подготовке будущих специалистов. В то же время, современное общество требует квалифицированных специалистов, способных успешно решать профессиональные проблемы, которые имеют значительный потенциал общей и специальной работоспособности.

4. Отсутствие комплексного подхода проведения учебных занятий по физическому воспитанию и формированию здорового образа жизни, когда последнее не только основывается на достижениях предыдущего, но и продолжает его.

Понимание и использование средств физического воспитания как существенного компонента здорового образа жизни обеспечивает сохранение и укрепление здоровья, предусматривает педагогическое образование студентов по физическому воспитанию, направленное на эффективное использование различных форм и средств для повышения уровня физической подготовленности, обеспечения полноценной продолжительной жизни. Все это разнообразит содержательную сторону физического воспитания и отвечает требованиям формирования навыков здорового образа жизни.

На основании проведенного анализа мы разработали практические рекомендации по формированию здорового образа жизни студентов и определили основные направления по их реализации в высших учебных заведениях.

1. Включение требования достижения уровня ППФП в соответствии с характеристикой специальности как обязательного условия государственной аттестации.

2. Повышение объемов двигательной активности студентов до 8–10 часов в неделю за счет обязательных форм, факультативных и самостоятельных занятий с учетом интересов, желаний, способностей и индивидуальных особенностей студентов в органичном сочетании с рациональным питанием, отказом от вредных привычек, что

повысит функциональные возможности организма и обеспечит профилактику хронических неинфекционных заболеваний.

3. Увеличение количества кредитов, которые отводятся на дисциплину «Физическое воспитание».

4. Расширение теоретического раздела программы по дисциплине «Физическое воспитание», наполнение его современными сведениями, которые необходимы для ведения здорового образа жизни.

5. Создание и расширение физкультурно-спортивных и физкультурно-оздоровительных клубов для занятий популярными видами оздоровительно-рекреационной двигательной активности.

6. Повышение профессионально-педагогической компетентности преподавателей физического воспитания и качества проведения ими учебных занятий.

7. Введение в штатный состав учебного заведения должности консультанта по вопросам здорового образа жизни и создания службы здорового образа жизни.

8. Проведение разъяснительной работы с руководителями высших учебных заведений с целью создания надлежащих условий для ведения здорового образа жизни, обеспечения соответствующих норм двигательной активности студентов и реализацию приоритетного направления государственной политики по сохранению здоровья студенческой молодежи.

9. Создание единого учебно-методического комплекса по физическому воспитанию до состава которого входят: учебная программа по физическому воспитанию, рабочая учебная программа с тематическим планом, планами теоретических и практических занятий, критерии оценивания знаний студентов информационный блок (методические разработки для студентов по вопросам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями во внеурочное время); практические задания и блок контроля (учебные нормативы, тесты, критерии оценивания двигательной и функциональной подготовленности студентов).

Предложенные практические рекомендации носят вариативный характер, т.к. не существует учебных заведений с одинаковыми условиями обучения и одинаковым контингентом студентов. Все они дополняют один одного и проявляются в единстве, но для разных учебных заведений наполнение этих компонентов может отличаться в зависимости от типа, места нахождения, специфики работы, традиций и возможностей заведения.

Перспективы дальнейших исследований. Рассмотренные вопросы не исчерпывают всех проблем организации образовательного процесса по физическому воспитанию в формировании здорового образа жизни студенческой молодежи. Заданиями дальнейшей научной работы должно стать определение перспектив и закономерностей повышения уровня двигательной активности студентов, дальнейшее изучение и обобщение зарубежного опыта приобщения студенческой молодежи к регулярным физкультурно-оздоровительным и спортивно-рекреационным занятиям, внедрение его в образовательный процесс по физическому воспитанию.

Литература. 1. Государственная программа развития физической культуры и спорта на 2007–2011 годы (утверждена Постановлением Кабинета Министров Украины от 15 ноября 2006 г. № 1594 3078). [Ел. ресурс] – Режим доступа: <http://ministry@mon.gov.ua>; 2. Концепция Общегосударственной целевой социальной программы развития физической культуры и спорта на 2012–2016 годы (одобрена распоряжением КМУ от 31 августа 2011 г. № 828-р). [Ел. ресурс] – Режим доступа: [http:// dsmsu.gov.ua](http://dsmsu.gov.ua) ; 3. Проект Концепции Государственной программы молодежной политики на период до 2020 года. [Ел. ресурс] – Режим доступа: [http://dsmsu.gov.ua/media /2014/07/18/2/Консерсія\\_molod.pdf](http://dsmsu.gov.ua/media /2014/07/18/2/Консерсія_molod.pdf); 4. Про затвердження

Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах / Наказ МОН України від 11.01.2006 № 4. [Ел. ресурс] – Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0249-06>; 5. Отчеты по физической культуре и спорту (форма отчетности № 2-ФК (годовая)) Министерства молодежи и спорта Украины за 2012, 2013 годы. [Ел. ресурс] – Режим доступа: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/14172>; 6. Статистический ежегодник Ровенской области за 2013 год / Главн. упр. статистики в Ровенс. обл. – Ровно, 2013. – 482 с. – С. 436–437; 7. Отчет по физической культуре и спорту (форма № 2-ФК) Управления по делам молодежи и спорта Ровенской областной государственной администрации за 2013 год; 8. Дутчак М. В. Основні положення концепції гуманізації процесу залучення населення до рухової активності в Україні / М. В. Дутчак // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – Київ, 2007. – №12. – С. 47–53; 9. Кряж В. Н. Гуманизация физического воспитания : монография / В. Н. Кряж, З. С. Кряж. — Минск : НИО, 2001. — 134 с.; 10. Кузнецова О. Т. Оздоровче тренування студентів : навч. посіб. / О. Т. Кузнецова. – К. : Вид-во Європейського ун-ту, 2010. – 310 с. – С. 37–42; 11. Шиян Б. М. Гуманізація процесу фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян, С. В. Гуменюк // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 3. – С. 40–46.

## СОДЕРЖАНИЕ

МИРОВОЙ КРИЗИС ОБРАЗОВАНИЯ – ВЫХОД ИЗ НЕГО ЕСТЬ!.....	3
<b>РАЗДЕЛ I. «АСПЕКТЫ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, УЧАЩИХСЯ; ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ»</b>	
Агафина Т.М., Бабенкова Е.А. Влияние эмоционального развития на психическое и физическое состояние детей дошкольного возраста (г. Москва).....	7
Бабенкова Е.А., Федоровская О.М., Здоровьесберегающие технологии в системе физического воспитания дошкольников (г. Москва).....	10
Белов А.Г., Шевцов В.В., Яковлев Д.С., Сидоров А.В. Энергетические возможности и особенности адаптации сердечно-сосудистой системы у занимающихся гиревым спортом (г. Тюмень).....	18
Бобро Е.В., Холодов С.А., Писаренко Г.С. К проблеме оценки общего функционального состояния центральной нервной системы в подростковой возрастной группе (г. Одесса)	21
Бурмистрова Н.И. Анализ морфофункциональных показателей различных типов нарушений осанки у детей подготовительной к школе группы (г. Коломна).....	24
Васильева Р.М. Характер гемодинамического обеспечения стационарного состояния при длительной циклической работе у мальчиков и девочек школьного возраста (г. Москва).....	26
Васильева В.А., Павлычева Л.А., Шумейко Н.С. Архитектоника двигательной и задней ассоциативной областей коры большого мозга юношей (г. Москва).....	30
Герасевич А.Н., Ерш Г.Л., Косач А.А., Зубко Т.Ю. Инновационные подходы к определению морфофункционального состояния учащихся старшего школьного возраста и студентов в аспекте состояния их здоровья (г. Брест).....	34
Герасевич А.Н., Титаренко Я.В., Козел Н.В., Ерш Г.Л., Косач А.А., Зубко Т.Ю. Особенности периферического кровообращения школьников и студентов с разным уровнем индекса массы тела при выполнении ортостатической пробы (г. Брест).....	39
Гурова О.А. Влияние табакокурения на состояние микроциркуляции крови у юношей (г. Москва).....	42
Зайцева Г.А., Криволапчук И.И., Буслаков А.П., Носова Р.М., Бондарева С.А., Острижня М.А. Функциональное состояние организма школьников 8-10 лет при психологическом стрессе (г. Москва).....	45
Зайцева Г.А., Криволапчук И.И., Буслаков А.П., Носова Р.М., Бондарева С.А., Острижня М.А. Динамика функционального состояния школьников в период второго детства в зависимости от уровня развития кондиционных двигательных способностей (г. Москва).....	47
Золотова М.Ю. Эффективность применения дыхательных упражнений в занятиях аэробикой со студентками специальной медицинской группы (г. Коломна).....	50
Криволапчук И.А., Баранцев С.А., Герасимова А.А., Криволапчук И.И. Уровень двигательной активности и острая заболеваемость школьников в начальный период обучения (г. Москва).....	53
Криволапчук И.А., Чернова М.Б., Герасимова А.А. Изменения функционального состояния детей 5-6 лет при когнитивной нагрузке под влиянием занятий физическими упражнениями высокой интенсивности (г. Москва).....	56
Лезжова Г.Н., Новолодская Г.В. Особенности состояния здоровья школьников 11-12 лет города Москвы (г. Москва).....	58
Лезжова Г.Н., Новолодская Г.В. Особенности физического развития школьников 10-11 лет школа 1240 города Москва (г. Москва).....	64
Орлова Н.И., Пронина Т.С. Суточная динамика температуры кожи у мальчиков и девочек 10-11 лет Орлова Н.И., Пронина Т.С. (г. Москва).....	69

Панфилов О.П., Дубровин В.А., Давиденко В.Н., Борисова В.В.

Антропозкобиоритмологическая модель как здоровьеразвивающее обучение (г. Тула, г. Норильск).....	74
Панфилов О.П., Дубровин В.А., Давиденко, В.Н., Борисова В.В., Руднева Л.В. Методология антропозкобиоритмологической модели учебной деятельности (г.Тула, г. Норильск).....	80
Параничева Т.М., Тюрина Е.В. Проблема школьной тревожности в современной школе (г. Москва).....	84
Парфенова Л.А., Глазкова Г.Б., Вальцев В.В. Формирование у школьников с отклонениями в состоянии здоровья физкультурно-оздоровительной компетентности (г. Ульяновск).....	91
Полянская Н.В., Чернова М.Б., Герасимов М.М. Функциональное состояние тревожных школьников 6-8 лет в зависимости от уровня мышечной работоспособности и двигательной подготовленности (г. Москва).....	95
Прокудин Б.Ф., Ковачева И.А., Бакланов Л.Н., Бойнова А.П., Ефремова Е. В. Особенности построения тренировочного процесса женщин-бегуний на 800 метров с учетом омц (г. Коломна).....	97
Симина Т.Е., Протченко Т.А.Использование современных технологий при обучении плаванию детей 4-6 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата (г. Москва)....	103
Тамбовцева Р.В. Способы дозирования нагрузки в процессе тестирования у детей и подростков (г. Москва).....	107
Тамбовцева Р.В., Юриков Р.В. Динамика аэробного и анаэробного обмена при напряженной мышечной деятельности (г. Москва).....	110
Хорунжий А.А., Николаев А.А.Оценка состояния здоровья детей 10-12 лет на начальном этапе подготовки в дзюдо по показателям вариабельности сердечного ритма (г. Смоленск).....	112
Цехмистренко Т.А., Гарибов А.Г., Исмаилов Ф.Р., Мазлоев А.Б. Структурные преобразования коры спинального мозжечка в постнатальном онтогенезе (г. Москва).....	114
Чернова М.Б., Полянская Н.В. , Герасимова А.А. Особенности физической работоспособности и двигательной подготовленности тревожных детей 9-10 лет (г. Москва).....	117
Шевцов В.В., Яковлев Д.С., Сидоров А.В., Китаев П.А., Белов А.Г. Физическое состояние призывного контингента Тюменской области (г. Тюмень).....	118
Якубовская А.Р., Васильева Т.В., Новикова Н.Е. Влияние занятий физической культурой и спортом на изменение образа жизни студенток в динамике профессионального обучения (г. Москва).....	121
Якушева М.Ю Оценка уровня индивидуальной предрасположенности к ожирению у молодежи (г. Екатеринбург).....	124

## **РАЗДЕЛ II. "ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ, УЧАЩИХСЯ И МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ"**

Алхасов Д.С. Уроки физической культуры образовательно – обучающей направленности (г. Ногинск).....	128
Андрианов М.В. Определение координационной сложности базовых элементов борьбы греко-римского стиля (г. Коломна).....	135
Аникин А.А Средства футбола для повышения мотивации к занятиям физической культурой у старшекласников (г. Коломна).....	137
Аникина Т. С. Русская лапта как средство подготовки школьников 16-17 лет к сдаче тестов ГТО (г. Коломна).....	140
Веркин А. А., Маливская С.Ш. Методические разработки по ведению урока борьбы в школе (6–8-е классы) (г. Коломна).....	142
Галицкая М.Е. Соревновательный метод на уроках физкультуры в начальных классах (г. Фрязино).....	144
Золотова М. Ю.Эффективность применения оздоровительных видов аэробики на	

занятиях физической культурой с девушками 17-20 лет с ослабленным здоровьем (г. Коломна).....	146
Ибрагимов И.Н., Яковлев Д.С. Развитие силовой выносливости у допризывной молодежи занимающихся бодибилдингом (г. Тюмень).....	150
Копылов Ю.А., Полянская Н.В. Содержание "дovuзовской" физической подготовки учащихся XI классов общеобразовательной школы (г. Москва).....	151
Кузнецов Г.В., Прокудин Б.Ф. Особенности развития силы и скоростно-силовых качеств в детском возрасте (г. Коломна).....	158
Кузьменко И.А. Влияние функционального состояния анализаторов на координационные способности школьников 5-х классов (г. Харьков).....	161
Ложечка М. В. Определение уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста, занимающихся сумо (г. Луганск).....	164
Матвеев А.П., Назаркина Н.И. К теории образования школьников по физической культуре (г. Москва).....	167
Нечаева Е.А. Подвижные игры в воспитании здорового образа жизни у детей школьного возраста (г. Коломна).....	169
Оценка показателей физической подготовленности школьников	
Никитина Ю.Ю., Тарасова Л.В. (г. Москва).....	171
Полянская Н.В., Копылов Ю.А. Физиологические особенности сердечнососудистой системы учащихся 11-12 лет с разным уровнем развития скоростных и силовых двигательных способностей (г. Москва).....	173
Сава Панфил Алексеевич. Школьная олимпиада по физическому воспитанию – эффективное средство определения уровня физической подготовленности учащихся (г. Тернополь, Молдова).....	176
Тарасова Л.В., Тарасов П.Ю. Роль показателей внешнего дыхания у стрелков из лука (г. Москва).....	178
Шевцов В.В. Региональный образовательный стандарт дополнительного образования по направлению «профильная оборонно-спортивная подготовка» (г. Тюмень).....	179
Яковлев Д.С., Володин В.Н., Бузин В.А. Особенности физической подготовки курсантов подготовительного курса (г. Тюмень).....	184

### **РАЗДЕЛ III. "ПОДГОТОВКА И ПЕРЕПОДГОТОВКА ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ; ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА"**

Беляева Н.А., Колесников Е.Н., Раевский Д.А. Динамика спортивно-технической подготовленности студентов 1-2 курсов основного отделения групп ОФП со сортивной направленностью (баскетбол) (г. Москва).....	188
Борщенко В.В., Писаренко Г.С. Роль педагогического взаимодействия в профессиональной деятельности учителя начальной школы (г. Одесса).....	193
Губа Д.В. Анализ заболеваний студентов вузов гуманитарного профиля в процессе оздоровительных занятий баскетболом (г. Смоленск).....	197
Егоров М.И., Камшилов С.В., Прижановская А.А. Сплоченность и чувство коллективизма на занятиях физической культурой (г. Москва).....	198
Епифанов К.Н., Михайлова Т.В. Методические основы формирования профессиональной готовности студентов вузов физической культуры к педагогической деятельности (г. Москва).....	200
Золотова М.Ю. Эффективность применения дыхательных упражнений в занятиях аэробикой со студентками специальной медицинской группы (г. Коломна).....	204
Золотова М.Ю. Содержание дополнительного образования в сфере физической культуры для педагогов дошкольных образовательных учреждений (г. Коломна).....	208
Ковачева И.А. Использование контрольных нормативов на занятиях в вузе (г. Коломна).	212
Ковачева И.А., Прокудин Б.Ф. Актуальность профессионально-прикладной физической культуры в вузе в современных условиях (г. Коломна).....	216

Колоколова Т.М., Парфенова Е.С. Концептуальные основы совершенствования образовательного процесса по физическому воспитанию в вузе (г. Москва).....	219
Корнилов А.Н., Беляев В.С., Булькина Л.В. Программа «Осанка», как модуль федерального образовательного государственного стандарта высшего профессионального образования по дисциплине «Физическая культура» (г. Москва).....	221
Кузина Н. И. Экологическое образование в сфере физической культуры на занятиях со студентами (г. Москва).....	225
Кузнецова Е.Т. Эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности учреждений образования в формировании здорового образа жизни молодежи (г. Ровно, Украина).....	229
Кулишенко Н.К., Харламов А.А., Ермаков В.А. Анализ физического развития студентов, занимающихся футболом и мини-футболом (г.г. Москва, Тюмень, Тула).....	236
Лапшин А.В. Алексеев Н.И. Эффективность организации занятий по физическому воспитанию студентов вуза (г. Москва).....	239
Легостаев Г.Н. Системный подход к преподаванию физиологии как фактор оптимизации формирования компетенций педагога по физической культуре (г. Коломна).....	243
Легостаев Г.Н. Опыт и перспективы изучения физиологических основ здорового образа жизни на факультете физической культуры и спорта (г. Коломна).....	247
Львова Т. Г. Исследование уровня включенности студентов во внеурочные занятия физической культурой и спортом (г. Москва).....	253
Маскаева Т.Ю Психофизиологические особенности адаптации студентов к обучению в экономическом вузе (г. Москва).....	256
Парфенова Е. С., Колоколова Т.М. Педагогические задания в структуре физической подготовки в отделениях волейбола вуза (г. Москва).....	259
Пастушенко Е.Е., Малахова О.Е. Оценка координационных способностей спортсменов на первом году обучения. (г. Москва).....	263
Перова Г.М. Актуальные проблемы проведения физкультурных занятий студентов подготовительного отделения в вузе (г. Коломна).....	265
Перова Г.М. Оценка физического развития и состояния здоровья студентов (г. Коломна)	267
Петунин О.В., Бакланов Л.Н., Весёлкин М.С. Факультет физической культуры в мотивации педагогического самоопределения учащихся (г. Коломна).....	269
Прижановская А. А., Егоров М. И. Причины проблем в физической подготовленности студенческой молодежи (г. Москва).....	272
Саенко В. Г. Позитивное влияние занятий восточными единоборствами на физическую подготовленность студентов университетов (г. Луганск).....	274
Сидоров А.В., Шевцов В.В., Яковлев Д.С., Белов А.Г. Специальная физическая подготовка курсантов к действиям в необычных условиях внешней среды (г. Тюмень)...	278
Созинова Т.В., Часовских А.А. Динамика физической подготовленности студенток академии (г. Тольятти).....	281
Шевцов В.В., Яковлев Д.С., Сидоров А.В., Белов А.Г. Модельно-целевой подход к физической подготовке курсантов (г. Тюмень).....	283
Юдина.Н.Н., Обидова О.А.Физическое развитие и подготовленность девушек 17 – 18 лет в сравнительном анализе (г. Коломна).....	287
Яковлев Д.С., Шевцов В.В., Сидоров А.В., Белов А.Г. Некоторые направления совершенствования физической подготовки курсантов (г. Тюмень).....	289
Якунина В. А. Потенциал «ментальных карт» в подготовке будущего учителя физической культуры (г. Оренбург).....	292
 <b>РАЗДЕЛ IV "ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА "</b>	
Амелин С.Н. Организация спортивной тренировки детей 7-9 лет на спортивно-оздоровительном этапе в карате (г. Москва).....	298
Антипов А.В., Демин А.А. Организация подготовки спортивного резерва в мини-футбольных клубах (г. Москва).....	300

Антонов Д.П., Гурин Я.В., Братков К.И. Анализ деятельности специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (г. Москва).....	304
Арансон М.В., Овчаренко Л.Н. Особенности питания и водного режима спортсменов при акклиматизации (г. Москва).....	309
Арансон М.В., Озолин Э.С., Шустин Б.Н. Анализ информационных материалов по тяжелой атлетике (г. Москва).....	311
Арансон М.В., Португалов С.Н., Шустин Б.Н. Современные подходы к развитию антигипоксической устойчивости у спортсменов (г. Москва).....	315
Плетнев И.О., Булычева Т.И. Совершенствование техники броска в баскетболе под воздействием физических нагрузок (г. Коломна).....	317
Галанов Д.В., Чайченко М.В., Галанов В.Ф. Методология формирования игровой деятельности у юных волейболистов (г. Коломна).....	320
Головачев А.И. Современные методические подходы к развитию физических качеств в подготовке высококвалифицированных спортсменов циклических видов спорта (г. Москва).....	323
Гончаров Ю.С. Индивидуальная вариативность физической и функциональной подготовленности девушек, занимающихся борьбой самбо (г. Москва).....	326
Губа В.П., Коновалов В.В. Развитие специфических координационных способностей у юных легкоатлетов специализирующихся в беге на средние дистанции. (г. Москва).....	329
Губа В. П., Кузнецов Р. Р. Анализ содержания учебно-тренировочных программ подготовки футболистов в ДЮСШ (г. Смоленск).....	332
Губа В.П., Пресняков В.В. Интегральный контроль подготовленности спортсменов, специализирующихся в мини-футболе (футзале) (г. Смоленск).....	336
Деев Ю.А. Проблема технической подготовки в структуре многолетней спортивной подготовки в каратэ (г. Москва).....	340
Корнилов А.Н., Беляев В.С., Евстюжна Н.А. Некоторые аспекты, формирующие структуру движения при выполнении соревновательных тяжелоатлетических упражнений (г. Москва).....	342
Коробейников П. В. Комбинационная подготовка юных каратистов. (г. Москва).....	343
Кузнецов Г.В. Особенности применения методов совершенствования силы у юных спортсменов (г. Коломна).....	345
Кузнецов Г.В., Прокудин Б.Ф. Точность тренировочных средств - основа эффективности совершенствования силы у занимающихся (г. Коломна).....	352
Кузнецов Р.Р. Взаимосвязь показателей соревновательной деятельности с морфологическими признаками и подготовленностью спортсменов, занимающихся футболом и мини-футболом (футзалом) (г. Смоленск).....	354
Михайлова Т.В., Калинин М.М., Епифанов К.Н. Динамика физической подготовленности юных яхтсменов в соревновательном периоде годичного тренировочного цикла (г. Москва).....	356
Нечаев А.В. Планирование тренировочных нагрузок воспитания выносливости юных спортсменов в академической гребле посредством бега (г. Коломна).....	359
Никитушкина Н.Н. Сохранение контингента спортивной школы (г. Москва).....	362
Родин А.В. Взаимосвязь эффективности нападающего удара с кинематическими параметрами двигательных действий у квалифицированных волейболистов (г. Смоленск).....	367
Рябинцев Ф.П., Сячин В.Д., Чернов С.С. Изучение возрастной динамики различных показателей бегунов на средние и длинные дистанции в связи с проблемой прогнозирования спортивных достижений. (г. Коломна, г. Москва).....	369
Рябинцев Ф.П., Сячин В.Д., Чернов С.С. Определение стабильности некоторых показателей, обуславливающих высокие спортивные достижения в беге на средние и длинные дистанции (г. Коломна, г. Москва).....	373
Рябинцев Ф.П., Сячин В.Д., Чернов С.С. Особенности функционирования женского организма в процессе соревновательной и тренировочной деятельности (г. Коломна, Москва).....	377



Саенко В. Г. Теоретический анализ этапов многолетнего совершенствования в каратэ (г. Луганск, Украина).....	380
Скородумова А.П., Джанашия Ш.Р., Шепелева Н.А. Особенности соревновательной деятельности в теннисе (г. Москва).....	384
Скрипко А.Д., Кулишенко Н.К., Губа В.П. Организация тренировочных занятий на тренажерных устройствах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря по футболу (г. Гожув, Польша; г. Москва).....	386
Тарасова Л.В., Тарасов П.Ю. Роль показателей внешнего дыхания у стрелков из лука (г. Москва).....	390
Титова А.В., Субботина Т. И., Яшин А.А. Методика подготовки юных гимнасток-художниц в период летнего лагерного сбора (г. Москва).....	391
Хорунжий А.А. Оценка состояния здоровья детей 10-12 лет на начальном этапе подготовки в дзюдо по показателям внешнего дыхания (г. Смоленск).....	394
Ширковец Е.А. Прогнозирование тенденций в процессе многолетней подготовки спортивного резерва (г. Москва).....	396
 <b>РАЗДЕЛ V. "ЧЕЛОВЕК И ЧЕЛОВЕКОВЕДЕНИЕ"</b>	
Братков К.И., Антонов Д.П., Гурин Я.В. Профилизация деятельности спортивной организации (г. Москва).....	399
Бакшаев М.М. Развитие спортивного волонтерства в России (г. Москва).....	402
Баранов В.Н., Шустин Б.Н. Физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) в диссертационных исследованиях (г. Москва).....	404
Валенкова Е.Н. Основы здоровьесберегающих технологий освоения песенного фольклора будущими учителями музыки (г. Коломна).....	407
Веселкин М.С. Основы построения личностно ориентированного обучения физическим упражнениям занимающихся (г. Коломна).....	411
Голошапов Б.Р. К вопросу методологии дисциплины «история физической культуры и спорта в физкультурных вузах» (г. Москва).....	418
Горелов А.А., Румба О.Г., Агошков В.В. О восстановительном потенциале естественных сил природы для решения проблемы повышения работоспособности студентов (г. Москва, г. Белгород).....	423
Горелов А.А., Хлопецкий А.П. К актуализации проблемы духовно-нравственных детерминантов в системе спортивных единоборств (г. Москва).....	425
Жохов В.С. Роль обществ благоустройств дачных местностей в развитии физической культуры и спорта в начале XX века (г. Раменское).....	428
Журавлев А.К., Журавлев К.К., Федулов А.И., Туманов А.А. Исторические вопросы экономических провалов в трудах в. Кокорева и значение их для осмысления новейшего кризиса и социальных последствий в России (г. Москва).....	435
Журавлев А.К., Федулов А.И., Туманов А.А. Алкогольная агрессия и социально-экономические последствия в современной России (г. Москва).....	436
Кенарева Л.Ф. Условия развития творческого потенциала специалиста физической культуры и спорта (г. Петрозаводск).....	437
Колотильщикова С.В. Влияние физической нагрузки на психические процессы в ходе занятий физической культурой (г. Москва).....	441
Назаров Ю.Н., Федотов Е.В. Взаимосвязь душевного и телесного в человеке как субъекте физической культуры (г. Шуя).....	444
Озолин Э.С, Шустин Б.Н. Обзор содержания журнала «New studies in athletics» за период 2009 -2013 годов (г. Москва).....	446
Петунин О.В., Бакланов Л.Н., Весёлкин М.С. К воспитательно-образовательной среде педагогического самоопределения учащихся физкультурного профиля (г. Коломна).....	448
Прокудин Б.Ф., Ефремова Е.В., Бакланов Л.Н. Выносливость может рассматриваться только как многоаспектное специфическое качество (г. Коломна).....	450

Рязанцев А.А. Совершенствование навыка расслабления для лиц музыкальных профессий (г. Москва, г.Астрахань).....	458
Фердинандова А.Б. Дисциплина "массовые музыкальные жанры" в системе профессиональной подготовки учителя музыки (г. Коломна).....	462
Хомутская Н.И. Разноуровневый повтор в немецком языке на примере баллады г. Бюргера «Ленора» (г. Коломна).....	465
Чайченко М.В., Галанова Л.В. Формирование индивидуальной мотивации укрепления здоровья студентов на основе использования пилатес-боллов на занятиях физической культурой (г. Коломна).....	469
Щербакова Е.В., Айрапетян А.А. Музыкальное произведение в классическом минимализме (г. Коломна).....	471
<b>СОДЕРЖАНИЕ</b> .....	<b>474</b>