

**Сборник материалов
VI Всероссийской
научно-
практической
конференции
02 апреля 2021 года**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ:
ИДЕИ, ТЕХНОЛОГИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ**



ОМСК 2021

ОМСКИЙ АВТОБРОНЕТАНКОВЫЙ ИНЖЕНЕРНЫЙ ИНСТИТУТ (ОАБИИ)

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ П.А. СТОЛЫПИНА»(ФГБОУ ВО Омский ГАУ)

Физическая культура в системе профессионального образования:
идеи, технологии и перспективы

Сборник материалов VI Всероссийской научно-практической
конференции

02 апреля 2021 года

Омск 2021

© ОАБИИ, 2021

© ФГБОУ ВО Омский ГАУ, 2021

ISBN 978-5-89764-972-3

УДК 378.663.016:796
ББК 74.58 + ББК 75

Рецензент:

О.Л. Трещёва – профессор кафедры «Физическое воспитание и спорт»
ФГБОУ ВО «Омский государственный университет путей сообщения», доктор
педагогических наук, профессор

Ответственные за выпуск (ФГБОУ ВО Омский ГАУ):

С.Н. Якименко – доцент кафедры физической культуры и спорта,
кандидат педагогических наук, доцент;

Ю.А. Елохова – доцент кафедры физической культуры и спорта,
кандидат биологических наук

Физическая культура в системе профессионального образования: идеи, технологии и перспективы: сборник материалов VI Всероссийской научно-практической конференции [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Омск : Изд-во ФГБОУ ВО Омский ГАУ, 2021. – 1 электрон. опт. диск. (CD-R). – Систем. требования: ПК с процессором 1,3 ГГц или более высокий ; 1 Гб доступного места на жестком диске ; 512 Мб оперативной памяти (рекомендуется 1 Гб или больше) ; MicrosoftWindows® XPHome, Professional или выше ; Разрешение экрана 1024*768 ; AcrobatReader 3.0. или выше ; CD-ROM дисковод ; клавиатура; мышь. Загл. с экрана.

В сборнике представлены материалы VI Всероссийской научно-практической конференции «Физическая культура в системе профессионального образования: идеи, технологии и перспективы» (с международным участием) профессорско-преподавательского состава Омского автобронетанкового инженерного института, ФГБОУ ВО Омского ГАУ, а также других вузов.

Тезисы докладов участников конференции составлены в соответствии с тематикой работы следующих секций: 1 секция: «Инновационные педагогические технологии по физической культуре в образовательном процессе»; 2 секция: «Психолого-педагогические и медико-биологические аспекты физкультурно-спортивной и профессиональной деятельности»; 3 секция: «Современные подходы к формированию физической культуры личности в образовательных учреждениях различной профессиональной направленности».

Представленные в сборнике труды будут интересны специалистам в области физической культуры и спорта, аспирантам.

ISBN 978-5-89764-972-3

УДК 796.378
ББК 75

Сборник печатается в авторской редакции. Авторы несут ответственность за качество подготовленных материалов и точность цитирования.

© ОАБИИ, 2021

© ФГБОУ ВО Омский ГАУ, 2021

УДК: 796.894

Яковлев Алексей Анатольевич

студент

УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, Беларусь

Yak-33-c1957@mail.ru

Яковлев Анатолий Николаевич

кандидат педагогических наук, доцент,

доцент кафедры,

УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, Беларусь

Yak-33-c1957@mail.ru

Особенности воспитания физических способностей у девушек 10-11 классов

Аннотация: в статье отражены особенности методики воспитания физических способностей у девушек 10-11 классов в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью в образовательном пространстве школы, где физическое воспитание учащихся, ее характер и масштабность потребуют значительного времени и технологических решений.

Ключевые слова: методика, воспитание, физические качества, девушки, образовательное пространство

Ведение. Безусловно, одним из важнейших факторов для реализации столь актуальной проблемы являются социальные и ценностные ориентации, направленные на приумножение здоровье человека [1-4]. Физкультурно-спортивная деятельность оказывает влияние на формирование правильных пропорций тела («телесных конструкций»), которые отражают функционирование систем организма, главным образом, позвоночника индивида [5]. Именно в этот возрастной период расширяется диапазон двигательных способностей, что проявляется в качественных показателях физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности [2, 6, 7].

Поиск инновационных технологий в педагогическом процессе продиктован необходимостью пересмотра традиционных образовательных парадигм, которые в образовательном пространстве школы рассматриваются в контексте разнообразия, учета особенностей личности, рынка образовательных и сервисных услуг, оказываемых учреждениями образования в условиях кризиса и влияния внешних факторов [1, 8]. Процесс совершенствования физических способностей зависит от того, как специалисты умеют учитывать медико-биологические особенности организма, чтобы преодолеть фактор так называемого «юношеского сердца», которое в своем развитии отстает от роста мышечной системы [1, 5, 7].

Цель исследования: Систематизация учебно-воспитательного процесса, направленного на воспитание физических качеств у школьниц 10–11 классов в процессе занятий физической культурой. Разработка учебно-тренировочных комплексов, направленных на рейтинговую оценку знаний, умений и навыков.

Методы и организация исследования. Испытания проводились на уроках физической культуры. В педагогическом эксперименте принимали участие девушки 10 – 11 классов, прошедшие медицинское обследование, не имеющие отклонений в состоянии здоровья.

Формирование групп осуществлялось по случайному признаку, без учета морфологических показателей, участники эксперимента занимались по программе физического воспитания для учащихся общеобразовательных школ, и посещали дополнительных занятий по физической подготовке. Во время эксперимента девушки занимались физической подготовкой по предложенной методике с использованием круговой тренировки с регламентированным объемом для каждой группы: для первой группы - 50% объем круговой тренировки, во второй - 25%. Было обследовано 75 девушек 10 - 11 классов.

Результаты исследований и их обсуждение. Доказано положительное влияние на динамику показателей скоростных, силовых, скоростно-силовых, двигательных-координационных способностей, общей и силовой выносливости девушек 10-11 классов. Методика воспитания физических качеств, основанная на учете морфофункциональных особенностей девушек и системном использовании кругового метода (50% от общего времени урока), является эффективной в условиях проведения уроков по физической культуре, базирующихся на освоении учебного материала по легкой атлетике, элементов художественной и ритмической гимнастики и волейбола (табл. 1.)

Таблица 1

Годовой план физической подготовки (в %) комплексного развития физических качеств у девушек лица

Двигательные способности	Сентяб.	Октяб.	Нояб.	Декаб.	Февр.	Март	Апрель	Май
Скоростные	30	25	15	15	20	30	30	25
Скоростно-силовые	30	30	15	15	30	20	10	25
Силовые	10	15	30	30	20	10	20	15
Общая выносливость	20	10	10	15	10	20	20	25
Силовая выносливость	5	10	10	5	10	15	-	-
Гибкость	-		15	10	5	5	10	-
Координац. способности	5	10	5	10	5	-	10	10

Заключение. Комплексы круговой тренировки ориентированы на использование 50% времени на развитие физических качеств необходимо и должны меняться каждые 2 - 3 недели. Учет социального, психического, физического здоровья под влиянием физических упражнений приводит существенным морфофункциональным и физиологическим сдвигам, расширению двигательного потенциала, что сопряжено с перестройкой систем организма, т.е. осуществляется переход на новый уровень его функционирования, за счет изменений уровня физических качеств (скоростных, силовых скоростно-силовых, координационных способностей, гибкости, выносливости) в процессе учебных занятий по физической культуре.

Учет особенностей соматических типов (МиС, МиМеС, МеС, МеМаС и МаС), вариантов биологического развития (ускоренный – ВР«А», нормальный – ВР«В» и замедленный – ВР«С») - это эффективный путь воспитания двигательных способностей девушек исследуемого возраста. Последнее имеет значение как для студенток и женщин, занимающихся физкультурно-оздоровительными занятиями, так и спортсменок различной квалификации [7-11].

Ссылки на источники

1. Врублевский, Е.П. Уровень физической подготовленности школьников, проживающих в различных экологических средах / Е.П. Врублевский, Л.Г. Врублевская, Г.И. Нарский // Здоровье для всех. - 2010. - № 2. - С. 9-11.
2. Максимук, О.В. Изучение мотивации студентов к занятиям китайской оздоровительной гимнастикой ушу / О.В. Максимук, Е.П. Врублевский, W. Lin // Физическое воспитание студентов. - 2014. - № 3. - С. 40-43.
3. Севдалев, С.В. Организационно-методические аспекты индивидуализации оздоровительной тренировки женщин / С.В. Севдалев, А.А. Скидан, Е.П. Врублевский //

Человек. Спорт. Медицина. - 2020. - Т. 20. - № S1. - С. 69-76.

4. *Скидан, А.А.* Содержание методики оздоровительных занятий шейпингом для девушек в процессе физического воспитания / А.А. Скидан, С.В. Севдалев, Е.П. Врублевский // Физическое воспитание студентов. - 2015. - № 6. - С. 56-62.

5. *Масловский, Е.А.* Биомеханические подходы в профилактике нерациональной «эксплуатации» позвоночного столба / Е.А. Масловский, С.В. Власова, А.Н. Яковлев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4. – С. 88-94.

6. *Яковлев, А.Н.* Потребностно-мотивационные особенности физкультурно-спортивной деятельности студенток различных вузов / А.Н. Яковлев, Е.П. Врублевский, В.С. Севдалев // Физическая культура и спорт в современном мире: к 70-летию факультета физической культуры: сб. научных статей. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2019. – С. 224–228.

7. *Яковлев, А.Н.* Инновационная педагогическая система как интеграция многоуровневого образования: формирование новых представлений о «теле» и «телесности» человека в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью / А.Н. Яковлев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 10 (140). – С. 224-228.

8. *Давыдов, В.Ю.* Совершенствование дифференцированного подхода к развитию физических качеств спортсменов / В.Ю. Давыдов, А.Ю. Журавский, А.Н. Яковлев // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт, 2013. - №3. - С. 95-104.

9. *Кожедуб, М.С.* Особенности подготовки девушек-спринтеров с учетом фаз биоритмики их организма / М.С. Кожедуб, Е.П. Врублевский // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств / Материалы XVIII Международной научно-практической конференции: в 2-х томах. - 2016. - С. 257-261.

10. *Оптимизация психофизиологического состояния женщин среднего возраста в процессе занятий оздоровительным шейпингом / А.А. Скидан [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2015. - № 2 (120). - С. 165-168.*

11. *Василец, В.В.* Сравнительный анализ изменений компонентного состава тела под влиянием тренировочной нагрузки оздоровительного характера / В.В. Василец, В. Ф. Костюченко, Е.П. Врублевский // Ученые записки университета Лесгафта. – 2015. – № 1 (119). – С. 48-53.

Yakovlev Alexey Anatolyevich

student

Polessky State University, Pinsk, Belarus

Yak-33-c1957@mail.ru

Yakovlev Anatoly Nikolaevich

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,

Associate Professor of the Department,

Polessky State University, Pinsk, Belarus

Yak-33-c1957@mail.ru

Features of physical abilities education in girls of grades 10-11

Abstract: the article reflects the features of the methodology of physical abilities education in girls of grades 10-11 in the process of physical culture and sports activities in the educational space of the school, where physical education of students, its nature and scale will require significant time and technological solutions.

Keywords: methodology, education, physical qualities, girls, educational space

ОГЛАВЛЕНИЕ	
1 СЕКЦИЯ: «ИННОВАЦИОННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ»	
Бобровик А.П., Краев С.А., Сидоров А.Ю. Формирование методических умений и навыков на занятиях по физической подготовке у курсантов и слушателей в процессе их обучения в образовательных организациях силовых ведомств России	3
Гилев Г.А., Гвоздева К.И., Жеребкин Н.Н., Попков А.И. О физической реабилитации учащихся в условиях высшего учебного заведения	7
Гилячева Ю.Ф. Инновационные педагогические технологии по физической культуре в образовательном процессе	10
Емченко Д.С., Мухин И.А. Теоретические аспекты проблемы дифференциации процесса профессиональной подготовки иностранных курсантов в военном вузе	15
Зубов А.А. Экспресс-оценка дисбалансов мышечного развития студентов на учебных занятиях по атлетической гимнастике в укрупненных группах	19
Капсомун Н.Г., Мунтян В.А. Прикладная физическая подготовка старших школьников к военной службе в Армии	23
Касьяненко А.Н., Гунько А.В. Инновационные технологии в области физической культуры спорта и формирования здорового образа жизни	28
Кулага А.В., Николаев А.А. Инновационные педагогические технологии по физической подготовке в образовательном процессе	32
Маланичев В.И., Доброхотов Н.А. Военные многоборья – основа совершенствования физической подготовленности военнослужащих	38
Марцинкевич Е.Д., Мызников И.Л., Борисова Е.А. Векторный подход к анализу тестовых вопросников	47
Пшеничников К.А., Лейфа А.В. Инновационные педагогические технологии по физической культуре в процессе подготовки курсантов-арктиков	51
Степин Г.В., Митина Н.В., Завьялов Т.С., Шаймарданова Р.Р. Развитие морально-нравственных качеств студентов средствами физической культуры и спорта	54
2 СЕКЦИЯ: «ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ	

ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	
Абилькасимова И.Н., Крылова Т.И. Образ жизни для сохранения и укрепления здоровья	60
Ананьев В.Н., Семизоров Е.А., Прокопьев Н.Я. Значение мышечной доминанты Ухтомского для увеличения силы мышц	64
Арпентьева М.Р., Голубчиков Г.М., Малышева Е.В. Психологические аспекты здорового образа жизни	69
Ахманова З.И. Физическая культура как самостоятельная работа и самообразование	78
Бобровик А.П., Сидоров А.Ю. Поддержание высокой работоспособности у военнослужащих военной полиции средствами физической подготовки	82
Деркаченко И.В., Капацина С.С. Функциональная подготовка как один из основных компонентов успешности выступлений высококвалифицированных боксеров – юниоров	86
Деркаченко И.В., Коростиленко Е.П. Нестандартное оборудование как средство обучения технике игры в футбол	90
Елохова Ю.А., Сухорукова И.А., Шумова Е.А. Показатели теппинг-теста у студентов ветеринарного университета	98
Жаброва Т.А., Моргунова Е.В. Влияние физических упражнений на работоспособность и умственную активность студентов вузов на примере РГЭУ(РИНХ)	102
Кайсин А.С., Шубин А.К., Расторгуев К.С., Сальников В.А. Личностные особенности курсантов различных специализаций и их связь с физической подготовленностью	106
Катиева Л.Р. Влияние физической культуры на психоэмоциональное состояние человека	110
Катиева Л.Р. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека	112
Крылова Т.И., Абрамова А. А. Особенности занятий физической культурой с использованием средств лечебной физической культуры (ЛФК) студентов вузе	114
Крылова Т.И., Батракова А.В. Влияние плавания на дыхательную систему студентов	118
Лашкевич С.В., Шеренда С.В. Комплекс силовых упражнений для развития скоростных возможностей футболистов	122
Лебедь-Великанова Е.Е., Яковлев А.А. Направленность физической рекреации детей дошкольного возраста с глубокой умственной отсталостью	126

Мызников И.Л. Структурный анализ многопрофильного тестового вопросника	129
Нечаев А.В., Кривошекова О.Н., Сумина В.В., Алимжанов А.Е. Типологические особенностей проявления свойств нервной системы у курсантов военного вуза	133
Примаченко П.В., Врублевский Е.П. Оценка статистической взаимосвязи результатов у студентов факультета физической культуры в отдельных дисциплинах легкой атлетики	137
Разгонов Ф.И. Двигательная активность и ее влияние на организм человека	142
Савченко О.А., Новикова И.И., Лупенцов В.А., Савченко О.О. Некоторые аспекты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни курсантов вуза	147
Савченко О.А., Новикова И.И., Савченко О.О. Психолого-педагогические и медико-биологические аспекты формирования личности обучающегося на этапе обучения в вузе	155
Сальников В.А., Хозей С.П., Бондаренко А.М. Фактор индивидуализации в системе физической подготовки курсантов вузов военного образования	161
Сергиевич Е.А. Методика ручного массажа используемая в единоборствах после тренировочных занятий большого объема и интенсивности направленных на совершенствование скоростно-силовых и тактико-технической подготовки в стойке и партере	166
Сидоров А.Ю., Любаков А.А., Арсеньев В.А., Левковский П.И. Обеспечение служебного долголетия офицеров-преподавателей старших возрастных групп образовательных организаций силовых ведомств средствами закалывающих факторов природы	172
Севдалев С.В. Общефизическая подготовка квалифицированных хоккеистов в подготовительном периоде годичного цикла	176
Синельник Е.В., Ляпин В.А. Психолого-педагогическая готовность в процессе военно-прикладной подготовки студентов вуза	180
Синеок Н.П. <u>Психологическая подготовка дзюдоистов перед и во время соревнований</u>	187
Степанов Д.А. Физиологические особенности развития человеческого тела	192
Степанов А.П., Абрамова И.А., Ляпин В.А. Психолого-педагогическая подготовка офицеров к выполнению задач по предназначению в современных условиях	199

Суднеко В.П., Шеренда С.В. Индивидуальная направленность занятий различными танцевальными направлениями с женщинами первого зрелого возраста	205
Сумина В.В., Елохова Ю.А. Мотивация для занятий физической активностью в период самоизоляции	210
Сухорукова И.А. Лечебная физическая культура как элемент физической культуры обучающихся	214
Тё С.Э., Тё С.Ю., Тё О.С. Силовые способности как основа системы физической подготовки военнослужащих	220
Шмат В.А., Колесникова Н.Н. Динамика показателей физических качеств учащихся старших классов в процессе занятий атлетической гимнастикой	224
Шумова Е.А. Текущий контроль состояния студентов на занятии в рамках дисциплины «Элективные курсы по физической культуре»	228
Шумова Е.А. Анализ дыхательной системы студентов	232
Яковлев А.А., Яковлев А.Н. Особенности воспитания физических способностей у девушек 10-11 классов	235
Яковлев А.А., Яковлев А.Н. Оказание сервисных услуг оздоровительной и спортивной направленности различных групп населения на примере деятельности вуза	238
3 СЕКЦИЯ: «СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РАЗЛИЧНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ»	
Абдуллаев А.И., Кайсин А.С., Садвакасов М.Ж., Тухтометов Р.Ф. Формирование теории и практики обучения военнослужащих рукопашному бою	242
Арсеньев В.А., Шейн А.Н., Аверьянов А.Н. Развитие общей выносливости у военнослужащих военной полиции в период прохождения первоначальной профессиональной подготовки	247
Бизяев С.М., Ромашин Ю.А., Будукин Т.А. Модель процесса оптимизации формирования стрессоустойчивости курсантов в военном ВУЗе	251
Бичева А.С., Терехина И.В. Современные подходы к формированию физической культуры личности в образовательных учреждениях различной профессиональной направленности	257

Бобровик А.П., Сидоров А.Ю., Смиуха А.Е. Качество «сила» – основа двигательной деятельности сотрудников силовых ведомств	267
Горелов С.А., Григорьева О.В. Современные подходы совершенствования физической подготовки сотрудников полиции в профессиональном обучении к действиям в особых условиях Covid-19	271
Денисова О.А., Денисов А.П., Дробшев В.В. Отношение студентов к образовательному процессу в университете	275
Денисова О.А., Денисов А.П., Яблуконская А.С. Актуальные проблемы дистанционного образования глазами студентов	278
Денисова О.А., Денисов А.П., Ланглиц А.А. Образовательная среда, как основа формирования учебной и профессиональной мотивации студентов	282
Дубровская В.Л., Кожедуб М.С. Реализация основных аспектов мотивации младших школьников к двигательной активности	285
Елохова Ю.А. Плавание на дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»	289
Елохова Ю.А., Нечаев С.В. Баскетбол на дисциплине элективные курсы по физической культуре и спорту	293
Заулина О.А., Кожедуб М.С. Внедрение фитнес-технологий в систему физкультурно-оздоровительной деятельности учреждений дошкольного образования, как способ сохранения и укрепления здоровья детей	297
Зенина А.А., Сухорукова И.А. Схема обучения и эффективного повышения результатов отжимания для обучающихся	301
Ковтун Г.С., Сухорукова И.А., Майоркина И.В. Дистанционные занятия по физической культуре в условиях пандемии	307
Кривошекова О.Н., Нечаев А.В., Сумина В.В., Манченко К.А. Сравнительная характеристика курсантов военного вуза и студентов «СиБАДИ»	311
Кузнецов А.Ф., Матиенко Я.О. Закономерности формирования силы и особенности ее развития у курсантов омского автобронетанкового инженерного института	315
Макарова Н.В. Эмотивность – лингвистика – межкультурная коммуникация	319
Маямсин Н.Б., Захаров Д.И.	322

Обоснование модели развития силовой выносливости курсантов тылового вуза средствами гиревого спорта	
Митусова Е.Д., Карнов В.Н. Развитие скоростно-силовых качеств учащихся в школьной спортивной секции	325
Моисеев С.А., Васильев Ю.В., Филатова Н.П. Анализ профессиональной деятельности военных инженеров ремонтников	330
Мызников И.Л. Векторный подход к анализу тестовых вопросников тестовая карта «САН»	334
Неупокоева Е.А., Терёхина И.В. Фехтование, как секция по физической культуре	338
Пягай Л.П. Педагогические технологии в хореографической подготовке девочек 10-12 лет, занимающихся фигурным катанием	342
Савченко Н.П., Чудновец Я.С., Цветкова Ю.В. Физическая культура в системе среднего профессионального образования	349
Синельник Е.В., Ляпин В.А. Оптимизация военно-прикладной подготовки в современном вузе	354
Степанов А.П., Караваяев И.Н., Абрамова И.А., Ляпин В.А. Факторы влияющие на безопасность военной службы в ходе осуществления образовательной деятельности в военной образовательной организации	360
Цветкова Ю.В. Формирование готовности обучающихся СПО к самостоятельным занятиям физической культуры	369
Шнайдер В.В. Роль и место физической культуры в образовательном процессе военного вуза	373