

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
Учреждение образования
«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ ФРАНЦИСКА СКОРИНЫ»

ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА: АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ

Сборник статей
III Международной
научно-практической
конференции, посвящённой
памяти ректора ВГИФК В.И. Сысоева

(23.10.2020 г.)

2020

УДК 796(08)
ББК 75.5я4
И 27

Редакционная коллегия:

ФГБОУ ВО «ВГИФК»:

А.В. Сысоев – ректор;

Д.В. Соболев - к.п.н., профессор, заведующий кафедрой ТиМСИ;

С.Н. Горлова - к.б.н., профессор;

Е.В. Суханова - к.п.н., профессор;

А.В. Ежова - к.п.н., доцент, председатель совета молодых ученых;

Е.Н. Семенов - к.п.н., доцент;

И.С. Анискевич - старший преподаватель;

УО «ГГУ им. Ф. Скорины», РБ:

К.К. Бондаренко - к.п.н., доцент; заведующий кафедрой

А.Е. Бондаренко - к.п.н., доцент; зам. декана

Рецензент: О.Н. Крюкова -

к.п.н. доцент ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко

Игровые виды спорта: актуальные вопросы теории и практики [Текст]: сборник научных статей 3-й Международной научно-практической конференции, посвященной памяти ректора ВГИФК Владимира Ивановича Сысоева (г. Воронеж, 23—24 октября 2020 г.) / ред.кол.: А. В. Сысоев [и др.]. — Воронеж: Издательство «РИТМ», 2020. — 367 с.

ISBN 978-5-6045686-1-3

Материалы научно-практической конференции включают в себя теоретические, исследовательские и экспериментальные данные по актуальным вопросам развития игровых видов спорта.

УДК 796(08)

ББК 75.5я4

© ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2020

© ФФК УО «ГГУ им. Ф. Скорины», 2020

Издательское оформление

издательство «РИТМ», 2020

УДК 796.015.68-057

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА МЕСТНОСТИ
С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Н.Н. Колесникова

Полесский государственный университет, Беларусь

Е.М. Дульская

Гимназия №3 им. В.З. Коржа города Пинска, Беларусь

Введение. Младший школьный возраст – один из наиболее важных периодов в становлении двигательных функций ребенка, повышении уровня его двигательной подготовленности и физической работоспособности [5, 7, 8, 9]. Так как физическая подготовленность и физическая работоспособность школьников девяти - десяти лет, по мнению специалистов [1, 4, 5, 7], не соответствует возрастным нормам, в связи с чем, необходим поиск новых средств и методов, позволяющих в значительной степени решить существенные проблемы. Одним из таких средств являются, на наш взгляд, игры на местности.

Подвижные игры и эстафеты на местности развивают жизненно-важные двигательные умения и навыки, формируют стремление к систематическим занятиям физической культурой, способствуют разносторонней подготовленности учащихся, воспитанию активности, смелости, решительности, дисциплинированности, коллективизма и других черт характера [3, 4, 6, 7].

Тем не менее, данных, позволяющих оценить эффективность использования подвижных игр на местности как средства повышения уровня физической подготовленности и физической работоспособности учащихся младших классов учреждений общего среднего образования крайне недостаточно, что позволяет считать наше исследование актуальным и социальнозначимым.

Цель исследования – улучшение показателей физической подготовленности и физической работоспособности детей младшего школьного возраста посредством применения подвижных игр на местности.

Материалы и методы. В качестве экспериментальной и контрольной группы были определены школьники девяти - десяти лет, изъявившие желание посещать кружок подвижных игр «Боровичок». Для оценки уровней физической подготовленности использовались тестовые упражнения: бег 30 метров, шестиминутный бег, челночный бег 4х9 м; прыжок в длину с места, наклон вперед.

Для оценки физической работоспособности детей был применен двухступенчатый степ-тест. Дети, составившие контрольную группу, на протяжении всех занятий занимались собственно подвижными играми, Содержание занятий экспериментальной группы составили игры на местности, соответствующими возрасту и способствующие развитию физических качеств испытуемых.

Одним из условий проведения педагогического эксперимента было сравнение начальных и конечных результатов школьников, составляющих экспериментальную и контрольную группы, по исследуемым показателям. Для обработки цифрового материала полученного в ходе исследования применялись общепринятые методы математической статистики [2].

Результаты. Двигательная подготовленность школьников определялась нами по степени развития быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, скоростно-силовых способностей. Контрольные испытания учащихся третьих классов позволило выявить следующие результаты (таблица 1).

При этом достоверных различий в показателях физической подготовленности у младших школьников контрольной и экспериментальной групп нет ($p > 0,05$).

Таблица 1

Показателей физической подготовленности школьников девяти - десяти лет до эксперимента

Группа	Показатели физической подготовленности ($X \pm m$)				
	Бег 30 м, с	Прыжок в длину с/м, см	Челночный бег 4×9 м, с	Наклон вперед, см	6-мин. бег, м
Экспериментальная	6,00±0,1	145±3,0	11,5±0,1	3,6±0,9	1023±38
Контрольная	6,03±0,1	147±3,1	11,47±0,1	3,0±0,9	1023±38
Достоверность различий	$P > 0,05$	$P > 0,05$	$P > 0,05$	$P > 0,05$	$P > 0,05$

Анализ показателей быстроты учащихся третьих классов позволил установить (таблица 2), что 11,7% из них у мальчиков и 18,7% у девочек соответствуют низкому уровню развития; 45,4% у мальчиков и 33,3% у девочек - уровню развития ниже среднего; у 32,2 % мальчиков и 27,3% у девочек - среднему уровню развития; 18% у мальчиков и 16,7% у девочек - уровню развития выше среднего; 4 % мальчиков и 2,7% у девочек - высокому уровню развития данного качества [1, 8].

Показатели скоростно - силовых качеств 17% мальчиков и 9% девочек соответствуют низкому уровню развития; 34% мальчиков и 40% девочек соответствуют уровню развития ниже среднего; 27,5% мальчиков и 33,7% девочек соответствуют среднему уровню развития; 16,1% мальчиков и 13% девочек уровню развития выше среднего; и лишь 3,4% мальчиков и 3,3% девочек соответствуют высокому уровню развития. Занятия в кружке подвижных игр

«Боровичок» позволили повысить уровень физической подготовленности школьников, участвующих в эксперименте.

Таблица 2

Уровни физической подготовленности школьников девяти - десяти лет

Класс	Тест	Пол	Уровень подготовленности %				
			Н	НС	С	ВС	В
Третий	Бег 30 м, с	Д	18,7	33,3	27,3	16,7	4
		М	11,7	45,4	32,2	18	2,7
	Прыжок в длину с места, см	Д	9	40	33,7	13	3,3
		М	17	34,0	27,5	16,1	3,4
	Челночный бег 4 × 9 м, с	Д	16,7	36,9	28,1	14	4,0
		М	18,5	33,4	22,1	23	3,0
	Наклон вперед из положения стоя, см	Д	16,7	44,6	22	14,7	4,0
		М	26	41,6	18	12	2,4
	Шестиминутный бег, м	Д	10,7	52,7	22	10	4,6
		М	16,3	40,7	12,4	27	3,6

При сравнении различных сторон физической подготовленности детей контрольной и экспериментальной групп, выявлены следующие достоверные изменения (таблица 3). В экспериментальной группе результат быстроты улучшился с 6,0 до 5,3 с ($P < 0,05$). Длина прыжка в длину с места увеличилась с 145 до 155 сантиметров ($P < 0,01$). Показатель челночного бега изменился с 11,5 до 9,4 с ($P < 0,01$). Объем гибкости позвоночного столба при наклоне вперед возрос с + 3,6 до + 6,5 см ($P < 0,01$). Показатели общей выносливости возросли с 1023 до 1090 м ($P < 0,01$).

В контрольной группе достоверно значимые приросты исследуемых качеств оказались менее значительными в показателях, ловкости, выносливости и скоростно-силовых способностей ($P < 0,05$). Изменения показателей быстроты при этом соответствуют таковым в экспериментальной группе ($P < 0,05$), а приросты гибкости - недостоверны для 5% уровня значимости.

Таблица 3

Динамика показателей физической подготовленности школьников девяти - десяти лет за период эксперимента

Группа	Период обследования	Показатели физической подготовленности (M ± m)				
		Бег 30 м, с	Прыжок в длину с места, см	Челночный бег 4 × 9 м, с	Наклон вперед, см	6-мин. бег, м
Э	До эксперимента	6,0±0,1	145±3	11,5±0,1	3,6±0,9	1023±38
	После эксперимента	5,3±0,08	155±3	9,4±0,07	6,5±0,7	1090±33
Достоверность различий		P<0,05	P<0,01	P<0,01	P<0,01	P<0,01
К	До эксперимента	6,03±0,1	147±3,1	11,47±0,1	3,5±0,9	1023±38
	После эксперимента	5,18±0,08	156±2,6	9,9±0,89	4,5±0,9	1031±36
Достоверность различий		P<0,05	P<0,01	P<0,01	P>0,05	P<0,05
Достоверность различий К-Э после эксперимента		P>0,05	P>0,05	P>0,05	P<0,05	P<0,01

Сравнительный анализ результатов тестирования физической подготовленности детей экспериментальной и контрольной групп в конце экспериментального периода позволил судить о существенном превосходстве школьников, составивших экспериментальную группу над их сверстниками, занимавшимися в контрольной группе по показателям гибкости и выносливости ($P<0,01$), что указывает на высокую эффективность использования игр на местности с целью развития этих качеств у учащихся третьих классов. Также установлены изменения показателей физической работоспособности детей девяти – десяти лет (таблица 4).

В начале эксперимента этот показатель в экспериментальной группе был равен 350 кгм/мин, к его окончанию увеличился до 375 кгм/мин, то есть стал лучше на 25 кгм/мин ($P<0,001$). В контрольной группе прирост

Таблица 4

Динамика показателей физической работоспособности школьников девяти – десяти лет за период эксперимента, М±м

Группа	Период обследования	Показатели, кгм/мин.
Экспериментальная	До эксперимента	350±2,9
	После эксперимента	375±3,3
Достоверность различий		P<0,001
Контрольная	До эксперимента	351±2,9
	После эксперимента	360±3,1
Достоверность различий		P<0,05
Достоверность различий Э-К		P<0,01

физической работоспособности составил 9 кгм/мин (ее показатели возросли с 351 кгм/мин до 360 кгм/мин) (P<0,05).

Сравнительный анализ результатов физической работоспособности детей контрольной и экспериментальной групп, полученных при повторном обследовании, указывает на более существенные (P<0,01) достоверные приросты ее показателей у школьников, занимавшихся в спортивном кружке «Боровичок» играми на местности.

Выводы

1. Полученные в ходе исследования результаты свидетельствуют о недостаточном уровне развития быстроты, ловкости, гибкости, общей выносливости, скоростно - силовых способностей, а также физической работоспособности у школьников девяти - десяти лет, согласно данным возрастных оценочных таблиц.

2. На основании данных научно - методической литературы и рекомендаций специалистов разработано содержание занятий кружка подвижных игр «Боровичок» и организована его работа, содержание которой составляли различные виды подготовки: теоретическая, топографическая, общая физическая, специальная физическая, техническая, тактическая, психологическая.

3. В результате целенаправленного использования подвижных игр произошли изменения в состоянии физической подготовленности младших школьников. Анализ результатов повторного тестирования позволил выявить

достоверные ($P < 0,05$ - $P < 0,01$) улучшения в показателях всех исследуемых физических способностей, как в экспериментальной, так и в контрольной группах. При этом у детей, занимающихся играми на местности, более существенные изменения были зарегистрированы в тестовых упражнениях «наклон вперед» и «шестиминутный бег» ($P < 0,01$), что указывает на целесообразность использования данного вида физических упражнений с целью развития выносливости и гибкости у младших школьников.

Сравнительный анализ результатов физической работоспособности детей контрольной и экспериментальной групп, полученных при повторном обследовании, также указывает на более существенные ($P < 0,01$) достоверные приросты ее показателей у школьников, занимавшихся в спортивном кружке «Боровичок» играми на местности.

Литература

1. Вельтищев, Ю.Е. Объективные показатели нормального развития и состояния здоровья ребенка / Ю.Е. Вельтищев. – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 163 с.
2. Врублевский, Е.П. Выпускная квалификационная работа. Подготовка, Оформление, Защита / Е.П. Врублевский, О.Е. Лихачев, Л.Г. Врублевская. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 228 с.
3. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. / М.Н. Жуков. – М.: Академия, 2000. – 160 с.
4. Кузнецов, В.С. Физические упражнения и подвижные игры: методическое пособие / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М.: НЦ ЭНАС, 2006. – 151 с.
5. Логвина, Т.Ю. Организационно-методическая направленность процесса сохранения здоровья детей средствами физической культуры / Т.Ю. Логвина, Е.П. Врублевский, В.Ф. Костюченко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2016. - № 8 (138). - С. 116-121.
6. Маслаков, В.М. Эстафетный бег: история, техника, обучение, тренировка / В.М. Маслаков, Е.П. Врублевский, О.М. Мирзоев. – М.: Олимпия, 2009. – 144 с.

7. Маркова, И.А. Основы двигательного режима младших школьников / И.А. Маркова, Е.П. Врублевский, С.А. Севдалев // Современные технологии воспитания культуры здоровья участников образовательного процесса: сб. матер. межд. науч.-практ. конф. Липецк: ЛГПУ, 2015. - С. 69-71.

8. Федоров, А.И. Комплексная оценка физического состояния учащихся начальных классов общеобразовательных школ / А.И. Федоров, С.Б. Шарманова // Физическая культура и спорт: история, современность, перспективы: Материалы н.-пр. конф.. – Улан-Удэ, 2008. – С. 106 – 108.

9. Vrublevskiy E.P., Khorshid A.Kh., Albarkaii D.A. Focused strength and speed-strength trainings of sprinters // Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kultury. – 2019. - 4. - pp. 3-5.

СЕКЦИЯ 1. Совершенствование подготовки спортивного резерва и квалифицированных спортсменов командно-игровых видов спорта	8
О.В. Алехина, А.В. Сушкова, М.Н. Могунова. Совершенствование техники бросков в ворота в подготовке гандболистов	9
И.С. Анискевич. Методика обучения юных спортсменов с использованием музыкального сопровождения.....	15
И.С. Анискевич. Методика обучения техническим приёмам подростков в футболе	20
Годунова Н.И., Суханова Е.В., Маркина В.Б. Показатели телосложения волейболисток и анализ их возрастной динамики.....	29
Е.В. Суханова, Н.И. Годунова. Совершенствование техничко-тактической подготовки волейболистов с использованием игрового метода	32
А.А. Гурьев, В.И. Хроменков. Техничко-тактическая подготовка блокирующих с учетом анализа соревновательной деятельности.....	39
Ф.Б. Дмитриев. Роль старшего судьи в ходе проведения игры на примере игры в баскетбол	46
О.А. Иванова, Л.Ю. Лермонтова, М.Е. Ретюнских. Мотивация женщин 30-40 лет к занятиям фитнес-волейболом	54
Н.Н. Колесникова, Е.М. Дульская. Использование подвижных игр на местности с детьми младшего школьного возраста	61
С.В. Лашкевич, Е.П. Врублевский. Оценка физической подготовленности футболистов разного уровня мастерства.....	68
С.В. Лашкевич, И.И. Трофимович. Влияние силовых возможностей на развитие скоростных и скоростно-силовых качеств	72
В.С. Макеева, А.П. Расторгуев. Совершенствование физической подготовки баскетболистов 13-15 лет на основе круговой тренировки	77
Е.В. Половников, Д.С. Яковлев, А.В. Сидоров. Развитие тактической подготовки военнослужащих волейболистов на основе коммуникативной деятельности.....	83

Е.А. Сергатских, Я.Е. Козлов. Теоретико-методические основы оптимизации процесса обучения физическим упражнениям на основе использования информационных технологий в спортивных играх.....	88
К.В. Симонов. Маккабиада: к вопросу о зарождении «Еврейских олимпийских игр»	94
Е.Н. Ирхина, А.А. Разворотнев. Анализ тренировочной деятельности квалифицированных баскетболистов	100
А.И. Бурдастых, И.И. Коваленко, М.С. Скрябин. Использование занятий баскетболом для повышения функционального состояния школьников 15-16 лет	104
А.И. Бурдастых, Е.И. Каверин, И.Л. Чернев. Характеристика соревновательной деятельности баскетболистов.....	113
И.И. Завершинская, А.Л. Зуев, М.С. Скрябин. Анализ техники броска мяча в корзину баскетболистами в прыжке	118
В.В. Иванов, Е.И. Каверин, В.А. Покусаев. Развитие координационных способностей у футболистов 11-12 лет.....	122
В.А. Покусаев, М.С. Скрябин, Л.В. Тоньшева. Изучение уровня двигательной подготовленности детей 9-10 лет, специализирующихся в хоккее с шайбой	127
А.В. Сушкова, И.В. Кузнецов, О.В. Алехина. Общая физическая подготовка в тренировочном процессе гандболистов.....	135
И.И. Трофимович, А.Г. Нарский, И.Г. Трофимович. Физическая подготовка юных баскетболистов средствами лёгкой атлетики	141
О.Е. Шайкина, М.Ю. Янишевская. Развитие скоростно-силовых качеств юных баскетболисток 12-13 лет.....	146
СЕКЦИЯ 2. Медико-биологические и психолого-педагогические аспекты подготовки спортсменов в командно-игровых видах спорта	152
Д.С. Андреев, Ю.Н. Емельянова. Методика применения баночного массажа и аутогенной тренировки для повышения работоспособности баскетболисток.....	153
А.Е. Бондаренко. Оценка позных положений хоккеистов	160

К.К. Бондаренко. Кинематические параметры игровых действий хоккеистов	167
Годунова Н.И., Суханова Е.В., Маркина В.Б. Показатели телосложения волейболисток и анализ их возрастной динамики.....	173
Е.А. Головкова, С.Н. Горлова, В.П. Брюховецкий. Влияние координационных способностей баскетболисток на точность реализации бросков с дальней дистанции	176
С.Н. Горлова, Т. Н. Паукова. Характеристика эффективности судейской деятельности в баскетболе	181
С.Н. Горлова, Д.В. Соболев, И. С. Дунаев. Травмы среди игроков женского баскетбола.....	185
В.С. Лихачева. Начальное обучение гандболу на основе применения акробатических упражнений.....	188
В.В. Магдеев, А.С. Малиновский. Оценка кинематических параметров поворотов скрётным шагом в хоккее	196
А.П. Маджаров, К.К. Бондаренко, М.М. Коршук. Сравнительный анализ кинематических параметров звеньев тела гандболиста при броске в гандболе с действиями в других спортивных движениях.....	202
З.Г. Минковская, Г.В. Новик, О.П. Азимок. Техническая подготовка юных баскетболисток на этапе начальной подготовки	206
В.С. Молчанов, П.В. Примаченко. Сравнительный анализ показателей состава тела спортсменов различных квалификаций в футболе	212
Г.И. Нарский, С.В. Мельников, А.Г. Нарский. Особенности функциональной подготовленности высококвалифицированных гандболистов.....	219
Э. А. Пантелеев. Аутогенная тренировка как средство увеличения мастерства игроков в баскетболе.....	224
И.Е. Попова. Сегментный состав тела баскетболисток различных возрастных групп	229
Е. Н. Семенов, Е.Н. Ирхина, Я.А. Красный. Структура комплекса двигательных и психических качеств футболистов	233
А.В. Сысоев, С.Н. Горлова, Э. Вегренка. Реализация благотворительных проектов в баскетболе	238

В.П. Федоров. Физическое развитие представителей игровых видов спорта среди абитуриентов ВГИФК.....	242
В.П. Федоров. Оценка физической работоспособности студентов ВГИФК представителей игровых видов спорта.....	248
В.В. Царун. Самодисциплина как составная часть успешного волейбола.....	253
В.В. Царун. Формирование положительного мыслительного процесса как фактор успеха в волейболе.....	257
Я.Е.Чернявская, А.Е.Бондаренко. Динамика функционального состояния организма юных волейболистов.....	263
Я.Е.Чернявская. Изменение уровня физической подготовленности юных волейболистов 14-15 лет.....	270
СЕКЦИЯ 3. Теоретико-методологические аспекты и современные тенденции развития в спортивных играх.....	276
Л.И. Бездверная. Поиск оптимального направления в содержании психолого-педагогического аспекта для слушателей курсов повышения квалификации тренеров по футболу.....	277
А.И. Бурдастых, А.Л. Зуев, И.Л. Чернев. Развитие скоростных способностей у футболистов 14-15 лет.....	283
Г.В. Гетманская. Использование спортивных игр на уроках и во внеурочное время как способ улучшения психологического климата в классе.....	288
О.А. Горбунова, Е.С. Прыткова. Развитие хоккея на траве в России.....	292
Я.В. Сираковская, Е.А. Макрушина, А.В. Ежова. Методика оптимизации подготовки детей среднего школьного возраста на внеурочных занятиях по футболу.....	296
А.В. Ежова, А.А. Худяков, М.Н. Князева. Функциональная адаптация организма спортсмена к физическим нагрузкам в спортивных играх.....	304
Я.Е. Козлов, Я.А. Красный, А.А. Ничуговский. Методическое обоснование рационального построения тренировочных занятий с юными футболистами.....	312

А.Н. Корольков, А.В. Андреев, О.В. Лангуева. Российский студенческий гольф: проблемы и перспективы.....	315
Б.В. Кузнецов, Н.И. Годунова, В.М. Усков. Место спортивных игр в физическом воспитании студентов с особыми образовательными потребностями	322
Т.В. Мануковская, Абдельрахман Омара. Психологические барьеры общения в деловой среде спортивных игр.....	327
И.Н. Маслова. Методика развития общей выносливости при помощи подвижных игр на этапе начальной подготовки.	332
А.И. Посредников. Сравнительный анализ бросковой активности сборной Беларуси с командами полуфиналистами Чемпионата Европы.....	336
А. И. Посредников, А.П.Маджаров. Анализ показателей соревновательной деятельности игроков команд- участниц Чемпионата Европы по гандболу	344
Семенов Е. Н., Буйлова Л.А., Гущин Е.А. Прогнозирование функциональных состояний спортсменов игроков на основе развития техники	352
К.В. Симонов. «Хоккейная дипломатия»: спортивные контакты мировых держав в условиях «холодной войны».....	355
Д.В. Солдатов, С.С. Михайлов. Теоретико- методологические аспекты в гандболе	361