



## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Сборник статей по материалам  
Всероссийской научно-практической конференции с международным участием  
обучающихся и молодых учёных

(25 апреля 2024 года, город Курск)



**ФГБОУ ВО «КУРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**Факультет физической культуры и спорта**  
**Кафедра теории и методик физической культуры**  
**Кафедра медико-биологических дисциплин, оздоровительной и адаптивной**  
**физической культуры**

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Сборник статей по материалам  
Всероссийской научно-практической конференции с международным участием  
обучающихся и молодых учёных

(25 апреля 2024 года, город Курск)

Курск, 2024

УДК 796  
ББК 75.1  
Ф 50

Ф50 Физическая культура и спорт в условиях современного образования: сб. материалов по итогам Всероссийской научно-практической конференции с международным участием обучающихся и молодых учёных (Курск, 25 апреля 2024 г.) / отв. ред. А.В. Володин. – Курск: КГУ, 2024. – 172 с.

Сборник содержит материалы научно-практической конференции, которые отражают исследования студентов, магистрантов, аспирантов, учителей физической культуры и молодых учёных.

В материалах конференции обсуждаются проблемы физическое воспитание обучающихся на уровнях общего, среднего профессионального и высшего образования, аспекты подготовки спортивного резерва в условиях дополнительного образования.

Сборник представляет интерес для специалистов по физической культуре и спорту, а также для студентов, обучающихся по направлению подготовки «Физическая культура и спорт».

Все материалы поданы в авторской редакции и отображают персональную позицию участника конференции.

УДК 976

## ПОДГОТОВКА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КАДРОВ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ БЕЛАРУСИ И КИТАЯ

А.Н. Яковлев, кандидат педагогических наук, доцент  
Йиндон, Нью, аспирант

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

*Аннотация. В данной статье рассматриваются современные тенденции развития системы образования по материалам научных публикаций ведущих ученых Беларуси, Китая, в контексте подготовки кадров для сферы физической культуры и спорта.*

*Выделены основные направления поисковой деятельности: особенности функционирования вузов в Беларуси, Китае; оценка интегральных знаний и проблематики ценностных ориентаций в системе образования; сущность физической культуры и спорта.*

*В современных условиях спортивные практики ориентированы на предстоящую профессиональную деятельность, так как предъявляются высокие требования к овладению техническими действиями, это требует освоения двигательных действий на высоком уровне, что невозможно без широкого спектра возможностей в выборе специализации, связанной с конкретным видом спорта.*

*Эффективность подготовки физкультурных кадров зависит от теоретико-методологического обеспечения, с позиций телесной и культурной практики.*

*Такой методологический подход обоснован с позиций значимости и понимания тела и телесности в системе физического воспитания – это отправная точка формирования целостного человека и личности. В различных национально-культурных системах для изучения характера влияния этих систем на установки и ценностные ориентации студентов наполнены разным содержанием.*

*Ключевые слова: подготовка кадров, сфера физической культуры и спорта, Беларусь, Китай.*

*Abstract. This article examines current trends in the development of the education system based on scientific publications of leading scientists from Belarus and China, in the context of training personnel for the field of physical culture and sports.*

*The main directions of search activity are highlighted: features of the functioning of universities in Belarus and China; assessment of integral knowledge and problems of value orientations in the education system; the essence of physical culture and sports.*

*In modern conditions, sports practices are focused on upcoming professional activities, since high demands are placed on mastering technical actions; this requires mastering motor actions at a high level, which is impossible without a wide range of opportunities in choosing a specialization related to a specific sport.*

*The effectiveness of training physical education personnel depends on theoretical and methodological support, from the standpoint of physical and cultural practice.*

*This methodological approach is justified from the standpoint of the significance and understanding of the body and physicality in the system of physical education - this is the starting point for the formation of an integral person and personality. In different national-cultural systems, to study the nature of the influence of these systems on the attitudes and value orientations of students, they are filled with different content.*

*Keywords: personnel training, the field of physical culture and sports, Belarus, China.*

Подготовка физкультурных кадров осуществляется в соответствии с нормативной базой, которая дает возможность реализации физкультурно-

спортивной деятельности в рамках учебных программ, которые могут быть расширены за счет вариативного компонента.

Так, в частном порядке этот процесс наиболее приемлем, что обусловлено адаптацией к китайской школьной системе обучения, так как современные тенденции развития спортивных практик затрагивают процесс подготовки кадрового потенциала для сферы физической культуры и спорта.

Политизация спорта привела к искажению важнейших ценностей Олимпизма, что свелось к подготовке спортсменов высокого класса, приоритет которых неоспорим.

В Китае – это задача государственной важности. Для развития физической культуры и спорта, создания духовной цивилизации был принят «Закон о спорте КНР». Согласно ст. 3 «Закона о спорте», развитие происходит на основе экономического и социального потенциала государства и национальной обороны. В научном плане проводится целенаправленная работа не только в Китае, но и за рубежом, в частности обучение в высшей школе продолжается в Беларуси.

Беларусь и Китай имеют существенные различия в исторических, этносоциальных, экономических, геополитических, культурных принципах организации жизнедеятельности, эти различия отражаются на установках и ориентациях студентов, в частности, в вопросах здоровья, подходах к пониманию и реальному отражению на практике этого понимания [1; 2; 3; 4].

**Результаты исследования и их обсуждение.** В Китае подготовка квалифицированных специалистов ориентирована на социальное и профессиональное становление будущего специалиста, его духовного и физического развития, физкультурно-спортивной активности.

Вместе с тем, прогрессирующая гипокинезия со всеми вытекающими неблагоприятными последствиями характерна и для студенческой молодежи Китая (избыточная масса, нарушением осанки и опорно-двигательного аппарата, нервно-психические отклонения и т.п.).

Соответствующие объемы учебных часов не в состоянии компенсировать слабую двигательную активность, вызванную, как правило, напряженной умственной деятельностью.

Минвузом КНР установлено:

- каждая провинция самостоятельно разрабатывает физкультурные программы для студентов на основе «Правил для работы школьной (вузовской) физкультуры» и «Инструкции (основные тезисы) по обучению физкультурным дисциплинам в вузах страны».

Сравнительный анализ белорусских и китайских вузовских систем физического воспитания проведен на примере учебной программы по физкультурным дисциплинам в вузах провинции Шаньдун (занятия по физической культуре включены в сетку обязательного расписания на 1 и 2 курсах. Студенты старших курсов физической культурой занимаются факультативно.

Объем учебных часов на физическую культуру в год равен 72 часам (по 18 недель в каждом семестре) и 72 часа в таком же раскладе на

факультативных началах.

При этом предусмотрено деление основного учебного материала на теоретический и практический разделы: примерно 12% учебного времени отводится на теорию, остальное время - на практические занятия как образовательного, так и развивающего характера.

Структура «Учебной программы по физкультурным дисциплинам в вузах провинции Шаньдун» состоит из введения и трех основных блоков:

1 блок: Содержание обязательной программы по физической культуре.

2 блок: Содержание учебной программы для факультативных учебных дисциплин.

3 блок; Содержание экзаменов, методы и стандарты по физкультурным дисциплинам вузов провинции Шаньдун.

Теоретическая часть представлена на 1 курсе тремя темами: физическая культура в вузах; физическая культура и здоровье; физкультурные занятия и оценка здоровья.

Общая экзаменационная оценка включает четыре критерия: отношение к учебе; знание теории физической культуры; физическая подготовленность; техника движений.

К наиболее важным экзаменационным предметам по факультативным дисциплинам относятся баскетбол, волейбол, футбол, ушу, ци-гун и художественная гимнастика, т.к. этим видам в Китае уделяется большое внимание в системе высшего образования.

**Выводы.** Процесс педагогического совершенствования учителей физического воспитания в университетах КНР осуществляется в контексте решения научной проблемы усовершенствования содержания, форм и методов учебного процесса. Учебные планы и программы шести университетов в течение 4 лет рассчитаны в объеме 2800 академических часов (170 кредитов), который состоит из обязательных дисциплин (60%) - общие предметы (21%) и профильные предметы (39%), предметов по выбору - ограниченные профильные предметы (22%), необязательных профильных предметов (6%), междисциплинарных факультативных предметов (6%) и практики (6%).

Телесность – это проявления физического, телесного, бытия человека в самых разных формах культуры, в том числе, физической культуре. Этот мировоззренческий ориентир является основополагающим в профессиональной физической культуре, как исследователя, так и спортивного педагога-практика.

#### Список литературы

1. Буйко Т. Н. Методологический потенциал понятия телесности в исследованиях физической культуры и спорт: современная философия о человекообразующей функции спорта / Т. Н. Буйко // Ученые записки: сб. рец. науч. тр. / редкол.: Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2016. – Вып. 19. – С. 20–25.

2. Ван Цыпу. Содержание и формы организации физического воспитания в вузах Китайской Народной Республики: дис. ... канд. пед. наук:

13.00.04 / Ван Цзыпу ; Рос. гос. акад. физ. культуры. – М., 1999. – 183 с.

3. Заколотная, Е. Е. Интеграция духовно-нравственного и физического образования в становлении будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта: учеб.- метод. пособие / Е. Е. Заколотная. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск: БГУФК, 2018. – 126 с.

4. Яковлев А.Н. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в социуме образовательного пространства Республики Беларусь и Российской Федерации / А. Н. Яковлев // Здоровье для всех = Здароўе для ўсіх = Health for all: научно-практический журнал. – 2016. – №2. – С. 40-45.

5. Учебная программа по специальности «Преподавание физкультуры» Шанхайского института физического воспитания. – Пекин, 2010. – 17 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

**РАЗДЕЛ 1. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА  
УРОВНЯХ ОБЩЕГО, СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО И ВЫСШЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ..... 9**

**Андрсюк А.А., Соколова Т.М.**

ИССЛЕДОВАНИЕ НАИБОЛЕЕ ДОСТУПНЫХ МЕТОДОВ РЕЛАКСАЦИИ  
КАК ЭФФЕКТИВНОГО СПОСОБА СНЯТИЯ СТРЕССА В  
АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД ЗАНЯТИЙ В ВУЗЕ ..... 9

**Асеева Е.В.**

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КАК  
ПРИОРИТЕТНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ ..... 13

**Булыга В.В.**

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ С УЧЕТОМ ФАКТОРОВ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ К  
РАЗВИТИЮ ЗАБОЛЕВАНИЙ ..... 17

**Волкова А.В., Лунева М.Ю.**

ОСОБЕННОСТИ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ И  
КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ НА УРОКАХ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (УРОВЕНЬ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ) ..... 23

**Горбачева А.Ю., Воронцов Н.Д.**

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ ПОДРОСТКОВ НА  
УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДСТВАМИ БАСКЕТБОЛА ..... 28

**Гринченко И.А., Потапенко В.С., Кривошлыков В.С.**

МОНИТОРИНГ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ КУРСКОЙ  
ОБЛАСТИ В КОНТЕКСТЕ РАЗВИТИЯ ОСНОВНЫХ  
МАКРОЭКОНОМИЧЕСКИХ ТЕНДЕНЦИЙ ..... 32

**Илевахина О.Н.**

КРОССФИТ КАК СРЕДСТВО ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ  
15-17 ЛЕТ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО» ..... 40

**Ишкова К.С.**

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ  
У ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ ..... 45



<b>Кожухова Д.Е.</b> УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИДЕРСКИХ И ОРГАНИЗАТОРСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .....	48
<b>Косинов С.И., Володин А.В.</b> К ПРОБЛЕМЕ КАТЕГОРЕАЛЬНОГО АППАРАТА ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .....	52
<b>Кривошеев И.В.</b> ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ .	55
<b>Кулабухова Е.А., Лунева М.Ю.</b> ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ОБУЧАЮЩИХСЯ (УРОВЕНЬ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ) .....	59
<b>Липин С.В.</b> МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ УРОВНЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ У СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ .....	63
<b>Невар С.Ф.</b> ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ «REDCORD» В РЕАБИЛИТАЦИИ СТУДЕНТОВ С НАРУШЕНИЕМ ОСАНКИ .....	67
<b>Овсянников А.С.</b> РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ СРЕДСТВАМИ ВОЛЕЙБОЛА В УСЛОВИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ .....	73
<b>Полеев А.А., Рулева С.В.</b> МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ .....	79
<b>Потапенко В.С., Гринченко И.А., Киперман Я.В.</b> РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СРЕДСТВАМИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ПОДГОТОВКА ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО, В РАМКАХ ПРОЕКТА, ПОДДЕРЖАННОГО ФОНДОМ ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ «ОАЗИС» .....	83
<b>Сарычев Р.Р., Соколова Т.М.</b> ВЛИЯНИЕ ИНФОРМИРОВАНИЯ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ .....	89

<b>Сидоров А.С.</b> ВЛИЯНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ .....	93
<b>Сорокина Ю.А., Лебедев А.В.</b> ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ .....	97
<b>Тимина Ю.В.</b> АНАЛИЗ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 11-13 ЛЕТ МБОУ «СОШ №29» Г. ВЛАДИМИРА .....	99
<b>Шестериков М.И.</b> ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ .....	103
<b>Шувалов П.Е.</b> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИЛОЖЕНИЯ-МОТИВАТОРА ДЛЯ ПОМОЩИ СТУДЕНТАМ В ДОСТИЖЕНИИ УСПЕХОВ В СПОРТЕ И ЭКОНОМИИ ДЕНЕЖНЫХ СРЕДСТВ .....	107
<b>Яковлев А.Н., Йиндон Нью.</b> ПОДГОТОВКА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КАДРОВ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ БЕЛАРУСИ И КИТАЯ .....	110
<b>Яковлев А.Н.</b> ТЕЛЕСНОФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ .....	114
<b>РАЗДЕЛ 2. ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В УСЛОВИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ .....</b>	<b>118</b>
<b>Алексеев Р.Н.</b> ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ФУТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ .....	118
<b>Вашунин В.В., Чевычелов Д.А.</b> СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ПОДРОСТКОВ 14-16 ЛЕТ В ШКОЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ .....	122

<b>Гапонов М.И.</b> ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБСОНОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ ДЛЯ СТУДЕНТОВ СРЕДНИХ СПЕЦИАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ .....	125
<b>Евдокимов И.С.</b> РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ КАРАТИСТОВ .....	130
<b>Ивашин М.Р., Рагулина К.Ю.</b> ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ МИНИ-ФУТБОЛОМ .....	134
<b>Кашенко Л.С.</b> РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ЮНОШЕЙ С ДЦП, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПАУЭРЛИФТИНГОМ .....	138
<b>Кондратьева Д.А.</b> РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ У СПРИНТЕРОВ 10-12 ЛЕТ В УСЛОВИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ .....	142
<b>Лунев А.В., Демин И.В.</b> ПРОГРАММА ПЛАНИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ ЭТАПА СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ .....	149
<b>Макарова Л.С.</b> ТРУДНОСТИ, ВСТРЕЧАЮЩИЕСЯ У ХОККЕИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ .....	153
<b>Макашев Ш.А., Рахметжанов А.С., Пойдунов А.А.</b> О МЕТОДОЛОГИЧЕСКИХ ОСНОВАХ ИССЛЕДОВАНИЯ ИСТОРИИ СПОРТА .....	156
<b>Небабин Ф.В., Нгуен К.З.</b> ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ .....	160
<b>Свекла О.В.</b> СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ АВТОНОМНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ФУТБОЛИСТОВ В ПОКОЕ И ОРТОСТАЗЕ В ЗАВСИСИМОСТИ ОТ ТИПА КРОВООБРАЩЕНИЯ .....	163

**Скулкова К.В.**

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ  
ГИМНАСТИКЕ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ..... 166

**Сотникова А.Н.**

СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА ДЕВУШЕК (УРОВЕНЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ) ..... 169