

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА  
ИНСТИТУТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ  
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ»  
СОВЕТ ДИРЕКТОРОВ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**



**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ:  
ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА**

*Материалы  
Республиканской научно-практической конференции  
с международным участием*

*5 апреля 2018 год*

**СОДЕРЖАНИЕ**

<b>Вступительное слово.....</b>	<b>3</b>
<b>ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МОДЕРНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ</b>	
<b>Асташова Е.Н., Пинчук К.Н., Григорьева А.С.</b>	
Модель интегрированной физкультурно-спортивной среды как способ решения проблематики мотивации физического воспитания.....	9
<b>Афтимичук О.Е., Полякова В.П.</b>	
Интерактивное обучение в системе физкультурного образования.....	14
<b>Бобрик Т.З.</b>	
Ценности профессионального физкультурного образования.....	21
<b>Заколотная Е.Е.</b>	
Нравственность как свобода выбора поведения будущих специалистов в сфере физической культуры.....	28
<b>Зенченков И.П.</b>	
Подготовка учителей физической культуры в системе непрерывного профессионального образования в Донецкой Народной Республике.....	38
<b>Кострыкин В.Я., Хвостиков И.П.</b>	
Роль физического образования в формировании профессиональной культуры студента.....	47
<b>Ротерс Т.Т.</b>	
Основные направления модернизации физического воспитания школьников.....	54
<b>Савко Э.И., Хожемпо С.В.</b>	
Современные тенденции преемственности физического воспитания в учреждениях системы образования.....	60
<b>Савко Э.И., Юрченя И.Н.</b>	
Физическая культура и ее оздоровительная направленность в учреждении образования.....	72
<b>СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ, ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ</b>	
<b>Асташова Е.Н., Лимонченко А.С.</b>	
Проблемы и педагогические условия физического воспитания детей младшего школьного возраста.....	89
<b>Богданова А.С., Лобазина А.С.</b>	
Определение уровня развития скоростно-силовых качеств у девушек 13–14 лет на занятиях по волейболу.....	94
<b>Васецкая Н.В., Николаева Е.А.</b>	
Особенности развития физических качеств в младшем школьном возрасте.....	101

<b>Чорноштан А.Г., Демаш Я.Ю.</b> Теоретические основы обучения учащихся младшего школьного возраста акробатическим упражнениям.....	110
<b>Чорноштан А.Г., Ивановский А.А.</b> Теоретические основы использования единоборств как средства двигательной активности старшеклассников.....	119
<b>Чорноштан А. Г., Жердев В. О.</b> Психологические особенности личности учителя физической культуры..	129
<b>Чорноштан А.Г., Яровой С.А.</b> Основы организации внешкольной работы по физическому воспитанию с учащимися общеобразовательных школ.....	139
<b>Шкурин А.И., Портной В.С.</b> Методы совершенствования скоростно-силовых способностей юных футболистов.....	150
<b>Шкурин А.И., Сергеев А.В.</b> Активные методы формирования здорового образа жизни у детей среднего школьного возраста.....	158
<b>СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	
<b>Бабешко А.П.</b> Современные проблемы и перспективы развития физической культуры в системе среднего профессионального образования.....	166
<b>Малахова О.Н.</b> О проблеме формирования здорового образа жизни у студентов.....	173
<b>Матченко Р.Г.</b> Формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи...	178
<b>Метель А.И.</b> Социокультурные предпосылки становления, функционирования и развития лицейского образования в Республике Беларусь.....	185
<b>Оксенюк М.Б.</b> Мотивация учащихся и формирование интереса к занятиям физической культурой в системе среднего профессионального образования.....	195
<b>Чайкина О.А., Соломатина Н.В.</b> Методологические аспекты обучения студентов техническим приемам волейбольных передач в различных игровых ситуациях.....	204
<b>МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНО–ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</b>	
<b>Асташова Е.Н., Лимонченко А.С.</b> Проблемы и пути совершенствования подготовки студентов на занятиях по физическому воспитанию.....	213

**Горностаева Ю.В.**

Учет ритмо-темповой структуры бега и морфоструктуры развития у девушек-барьеристок при планировании тренировочных нагрузок..... 220

**Драгнев Ю.В.**

Организация и порядок проведения учебных занятий и спортивных соревнований по армспорту в отделении спс «Армспорт» для студентов института физического воспитания и спорта (результаты работы за 2017–2018 учебный год)..... 229

**Елецкий С.Н.**

Применение элементов единоборств в физическом воспитании студенческой молодежи..... 239

**Загной Т.В.**

Периодизация многолетней подготовки спортсменов в плавании..... 247

**Крещук Е.П.**

Требования к профессиональной подготовленности тренера..... 254

**Николаева Е.А., Васецкая Н.В.**

Модель коррекционного физического воспитания студентов вузов..... 259

**Олефир А.В.**

Приобщение студенческой молодежи к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, как неотъемлемой части здорового способа жизни..... 269

**Оплетин А.А.**

Нормализация психо-эмоционального состояния студентов посредством аэробики..... 278

**Савко Э.И., Гаптарь В.М.**

Проблемы современной учащейся молодежи и их социализация в спортивно-оздоровительном туризме..... 283

**Фоменко А.В., Дроздов Д.В.**

Роль баскетбола в физическом воспитании студентов гуманитарных вузов..... 293

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ. ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ. ГУМАНИТАРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Бергина Р.Н.**

Здоровый образ жизни – социальная проблема нашего времени..... 302

**Бурлакова Т.Л., Максимова Н.В.**

Роль физической культуры в формировании и сохранении здоровья человека..... 310

<b>Завадич В.Н.</b>	
Сущность и структура понятия «культура здоровья».....	322
<b>Лаврухин В.В.</b>	
Актуальность применения инновационных технологий на уроках физической культуры.....	312
<b>Лукьянчук М.А.</b>	
Нестандартное оборудование «Координационная лестница» и возможности ее использования на уроках физической культуры.....	329
<b>Максимова Н.В., Бурлакова Т.Л.</b>	
Проблема неправильного питания детей школьного возраста.....	336
<b>Олефир А.В.</b>	
Система спортивной подготовки студенческих команд по ринго.....	341
<b>Парнева А.В.</b>	
Формирование культуры здоровья и здорового образа жизни учащейся молодежи.....	348
<b>Сведения об авторах.....</b>	<b>356</b>

Annotation. In the article «Psychological characteristics of the personality of the teacher of physical culture», A. Chornostan and V. Zherdev examine the main components of the structure of the professional activity of the teacher of physical culture.

Keywords: teacher, physical culture, stage, components of professional activity.

**Чорноштан А. Г., Яровой С. А.**

**ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ  
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ С УЧАЩИМИСЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ**

Внешкольное воспитание является неотъемлемой частью государственной системы общего образования. Оно осуществляется различного типа внешкольными учреждениями и призвано способствовать всестороннему развитию способностей и склонностей детей школьного возраста, воспитанию социальной активности, формированию интереса к труду, искусства, военно-патриотической деятельности, спорта, организации разумного досуга и отдыха, укреплению здоровья. Широкий диапазон направленности задач и содержания различных форм организации внешкольной работы по физическому воспитанию, добровольность участия в ней обеспечивают возможность удовлетворения индивидуальных интересов школьников к занятиям физическими упражнениями и на этой основе – выбора спортивной специализации. Совершенствованию системы физического воспитания школьников на современном этапе необходимо уделять значительное внимание со стороны государства, специалистов и общества. Учебными программами для секционной работы по различным видам спорта во внешкольных образовательных

учреждениях предусматривается выполнение учащимися упражнений общей и специальной физической подготовки, а также соблюдение методики обучения технике базовых упражнений по избранному виду спорта.

Но, судя по всему, сохраняется общая тенденция к ухудшению состояния здоровья школьников. Одна из главных причин такой ситуации, по мнению многих специалистов – их недостаточная физическая активность. Путем решения этой проблемной ситуации, является подход, основанный на концепции учебно-тренировочной специализации физкультурного образования старших школьников, организационная основа которой заключается в интеграции школьной и внешкольной работы по физическому воспитанию. По мнению специалистов [1; 3; 5], дополняют традиционную систему физического воспитания школьников широко распространенные внешкольные формы секционной работы по различным видам спорта и общей физической подготовки.

Цель статьи – проанализировать и охарактеризовать организационные основы внешкольного физического воспитания учащихся общеобразовательных школ на современном этапе.

Узкоцелевая направленность отдельных форм внешкольной работы по физическому воспитанию (например, в детско-юношеской спортивной школе) создает благоприятные условия для углубленного совершенствования и достижения высоких результатов в избранном виде спорта. Дополняя уроки физической культуры и внеклассные занятия разнообразием средств и методов, форм организации, внешкольная работа повышает эффективность решения основных задач физического воспитания школьников [2; 4; 5]. Физическое воспитание учащихся вне школы осуществляется семьей,

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА  
внешкольными учреждениями, добровольными спортивными обществами и другими учреждениями и организациями.

Согласно нормативным документам, основными типами внешкольных учебных заведений, осуществляющими работу по физическому воспитанию, являются:

- детско-юношеские спортивные школы: комплексные детско-юношеские спортивные школы, детско-юношеские спортивные школы по видам спорта, детско-юношеские спортивные школы для инвалидов, специализированные детско-юношеские школы олимпийского резерва, специализированные детско-юношеские спортивные школы для инвалидов паралимпийского и дефлимпийского резерва;

- клубы: военно-патриотического воспитания, детско-юношеские (моряков, речников, авиаторов, космонавтов, парашютистов, десантников, пограничников, радистов, пожарных, автолюбителей, краеведов, туристов, этнографов, фольклористов, физической подготовки и других видов);

- оздоровительные учреждения для детей и молодежи: детско-юношеские лагеря (городки, комплексы): оздоровительные, загородные, профильные, труда и отдыха, санаторного типа, с дневным пребыванием; туристические базы;

- центр, дом, клуб, бюро туризма, краеведения, спорта и экскурсий учащейся молодежи, туристско-краеведческого творчества учащейся молодежи, станция юных туристов;

- центры: военно-патриотического и других видов дополнительного образования.

- детский парк, детский стадион, комната школьника, образовательные центры национальных меньшинств.

Они помогают общеобразовательным школам в организации внеклассной спортивно-массовой и туристической работы с учащимися, предоставляют школам спортивные площадки, стадионы, бассейны, лыжные базы, катки, спортивные залы для проведения самостоятельных занятий, тренировок, соревнований. Кроме того, названные организации и учреждения берут на себя обязанности в организации детских кружков, спортивных секций, объединяющих занятия со специфическим содержанием с занятиями физическими упражнениями. Внешкольное физическое воспитание является одной из неотъемлемых частей государственной системы физического воспитания. Система внешкольных форм физического воспитания направлена на решение таких задач как укрепление здоровья, повышение общего уровня физической подготовленности, обеспечение активного отдыха учащихся и получение удовольствия от двигательных действий спортивной направленности, подготовка общественных инструкторов, тренеров и судей по различным видам спорта.

Физическое воспитание детей и молодежи школьного возраста вне школы организуется объединенными усилиями органов образования и науки, спортивных организаций с привлечением представителей широкой общественности и молодежного физкультурного актива. Проведенная во внешкольное время работа по физической культуре и спорту среди детей и молодежи играет существенную роль во всестороннем воспитании подрастающего поколения, подготовке его к жизни, труду и обороне. Направленность и отправные положения организации этой работы характеризуются, прежде всего, следующим:

1. Соответствием цели, задачам и принципам системы физического воспитания; конкретной ориентацией на выполнение юношеских нормативов по различным видам спорта; возможно более полным удовлетворением индивидуальных запросов детей и молодежи.

2. Тесным контактом и согласованностью между всеми ведомствами, учреждениями, организациями, непосредственно заинтересованными в этой работе, общественностью и семьей.

3. Преимуществом по отношению к школьному физическому воспитанию, всесторонней помощью школе в закреплении, углублении и расширении знаний, умений и навыков учащихся в области физической культуры и спорта, в организации здорового содержательного отдыха; активным участием школы в этом процессе (кадровая, материально-техническая, методическая помощь).

4. Использованием различных, соответствующих интересам, возрастным особенностям и уровню подготовленности контингента форм работы (физкультурно-массовой, спортивной, рекреационной и др.); упорядоченностью основных форм работы в соответствии с утвержденными планами (система детских и юношеских соревнований, организация работы детских спортивных секций и школ по утвержденным программам).

5. Постоянным обогащением содержания, творческим поиском новых путей (например, таких, как «Веселые старты», «Кожаный мяч», «Спортландия», клубные формы и др.).

6. Направленностью, на все более широкое привлечение детей и молодежи с помощью действенных средств массовой информации (пресса, радио, телевидение), агитации и пропаганды.

7. Последовательным проведением курса на то, чтобы первоначальные личностные мотивы приобщения детей к внешкольным занятиям превращались в органическую потребность самостоятельного использования средств физического воспитания в быту, повседневной жизни.

8. Постоянной опорой на сознательную инициативу, активную заинтересованность детей и молодежи; педагогически оправданным регулированием самодеятельных источников детско-юношеского физкультурного и спортивного движения; использованием внешкольного физического воспитания как общественной школы воспитания у детей и молодежи организаторских способностей, стремления добровольно участвовать в общественно полезных делах.

Внешкольные учреждения объединяют, как правило, учащихся различных школ. Поэтому в каждом из них формируется свой коллектив, структура которого должна наиболее полно соответствовать специфике учреждения, что будет способствовать лучшей организации воспитания и обучения занимающихся. При наборе учеников соблюдается принцип добровольности, однако, в некоторых случаях (большое количество желающих, повышенные требования к их подготовленности и др.) появляется необходимость проводить конкурсный отбор путем выявления уровня способностей по отдельному виду деятельности. Работа большинства внешкольных заведений строится на основе соответствующих положений, утвержденных организациями, в ведении которых эти учреждения находятся [1; 2; 5].

В Луганской Народной Республике функционирует широкая сеть специальных учреждений, государственных и общественных организаций, обеспечивающих внешкольную работу по физическому

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

воспитанию детей, подростков и юношества. Такую работу непосредственно осуществляют детско-юношеские спортивные школы (ДЮСШ), спортивные и другие секции системы ДСО, органов народного образования, комитетов по физической культуре и спорту, общественный физкультурный актив и штатные работники крупных спортивных и туристских баз, парков культуры и отдыха, а также ряд других государственных учреждений и общественных организаций. Различают такие типы спортивных школ: комплексные, которые проводят работу по нескольким видам спорта (ДЮСШ), и специализированные (олимпийского резерва – СДЮШОР и высшего спортивного мастерства – ШВСМ), которые проводят работу по одному виду спорта. В Луганске на сегодняшний день работают 28 комплексных и специализированных детско-юношеских спортивных школ. Цель и задачи спортивных школ, их структура, вопросы комплектования и наполняемости учебных групп, штатов и руководства, организации и режима работы, медицинского контроля, планирования, учета и отчетности должны регламентироваться единым типичным «Положением о детско-юношеской спортивной школе и специализированной детско-юношеской школе олимпийского резерва», утвержденным органами народного образования.

Главными задачами ДЮСШ определены: подготовка спортсменов на основе обеспечения их всестороннего физического развития и укрепления здоровья; обеспечение подготовки учащихся к выполнению обязанностей инструкторов и судей; содействие общеобразовательным школам в организации массовой физкультурной работы. Эти задачи конкретизируются для разного типа спортивных школ, различных периодов обучения и учебных групп в соответствии с требованиями к уровню спортивной подготовленности учащихся,

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

установленными типовыми программами для отделений ДЮСШ. В комплексной ДЮСШ создаются отделения по видам спорта, в каждом из которых комплектуются группы (начальной подготовки, учебно-тренировочные, спортивного совершенствования) с учетом пола, возраста, уровня спортивной подготовленности. СДЮШОР создаются на базе существующих ДЮСШ, достигших высокого уровня работы по подготовке квалифицированных спортсменов, обеспеченных спортивной базой и высококвалифицированными тренерами. Главная цель СДЮШОР – подготовка спортсменов высокого класса для сборных команд по различным видам спорта. Отделения формируются из учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования ДЮСШ. При достижении высокого уровня педагогического процесса и качественной подготовке спортсменов в СДЮШОР могут создаваться группы высшего спортивного мастерства.

По решению высших инстанций и заинтересованных организаций могут создаваться также школы высшего спортивного мастерства (ШВСМ). В ДЮСШ принимаются школьники, как правило, по рекомендации учителя физической культуры общеобразовательной школы, которые хотят заниматься и проявили определенные способности, соответствующие специфическим требованиям данного вида спорта. Зачисление проводится при наличии разрешения врача, родителей и директора школы. Предпочтение отдается лучшим по результатам вступительных тестов, проводимых ДЮСШ на основании соответствующих нормативных документов (Положение, программы). Первоначальный отбор может проводиться по результатам наблюдений тренера за юными спортсменами на школьных соревнованиях, занятиях школьных секций и обязательных уроках

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА физической культуры в школе. В дальнейшем результаты наблюдений уточняются в процессе учебно-тренировочных занятий. Окончательное зачисление в группу проводится в установленные положением о ДЮСШ сроки.

Основными формами занятий являются тренировочные уроки, тренировки по индивидуальным планам, зачетные и классификационные соревнования, лекции и семинарские занятия по теоретическим вопросам. Работа тренера-преподавателя оценивается по стабильности контингента, результатам выполнения учащимися контрольных и переходных нормативов, результатам участия в соревнованиях различного ранга, количеством воспитанников, переданных в высшие звенья школы, количеством подготовленных разрядников, общественных инструкторов и судей, уровня успешности воспитанников в общеобразовательной школе.

Анализ научных данных, раскрывающих суть организационных основ внешкольного физического воспитания учащихся общеобразовательных школ на современном этапе, позволяет сделать следующие выводы:

1. Достаточная двигательная активность является объективным условием гармоничного развития личности и поддержания организма в работоспособном состоянии. Двигательная активность старшеклассника связана с оздоровительно-профилактическим эффектом, который обеспечивается занятиями физической культурой, в том числе и во внешкольных учреждениях. Кроме того, регулярная физическая тренировка позволяет в значительной степени замедлить возрастные инволюционные изменения физиологических функций, дегенеративные изменения органов и систем, и обеспечивает длительную профессиональную жизнедеятельность.

2. В современных научных исследованиях достаточно хорошо освещен опыт организации внешкольных занятий физическими упражнениями, однако оздоровительное и образовательное влияние этих занятий остается недостаточно исследованными. В связи с этим, существует необходимость обоснования и разработки новых положений, методических и организационных основ процесса привлечения учащихся старших классов общеобразовательных школ к систематическому посещению внешкольных занятий физическими упражнениями. Это, безусловно, позволит повысить уровень сформированности двигательных умений и навыков, а также уровень развития двигательных качеств школьников.

3. Для более эффективного формирования двигательных умений и навыков старшеклассников во внешкольной работе необходимо мотивировать школьников к занятиям, отмечать и поощрять наиболее активных учащихся, объяснять полезность отдельных специальных упражнений, способствовать развитию уверенности в собственных морально-волевых и функциональных возможностях. Внешкольные занятия в секциях по различным видам спорта должны включать теоретическую подготовку с обязательным инструктажем о необходимости соблюдения правил техники безопасности при выполнении практических заданий.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Балясная Л.К. Сегодня и завтра внешкольных учреждений / Л.К. Балясная. – Вожатый. – 1971. – № 9. – С.7-9.

2. Булгакова Н.Ж. Физическое развитие и физическая подготовленность школьников 12 – 16 лет с разным объемом двигательной активности / Н.Ж. Булгакова, Е.А. Табакова // Физ. культура, 2004. – № 2. – С. 48-51.

3. Бушканец М.Г. Свободное время школьника как психологическая проблема / М.Г. Бушканец. – Казань, 1971. – 120 с.

4. Быков Е.В. Влияние уровня двигательной активности на формирование функциональных систем / Е.В. Быков, А.П. Ненашева, С.А. Личагина // Теория и практика физ. культуры, 2003. – № 7. – С. 51-54.

5. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников / Я.С. Вайнбаум. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.

Аннотация. В статье «Основы организации внешкольной работы по физическому воспитанию с учащимися общеобразовательных школ» А.Г. Черноштан и С.А. Яровой исследуют общие основы внешкольного физического воспитания и теоретические основы использования физических упражнений, как средства двигательной активности старшеклассников.

Ключевые слова: физическая культура, школа, внешкольное физическое воспитание, методика, двигательное умение.

Annotation. In the article «Fundamentals of organization of extracurricular work in physical education with pupils of secondary schools» A. Chornoshtan and S. Yarovoy explores the general principles of extracurricular physical education and the theoretical basis for using physical exercises as a means of motor activity of high school students.

Keywords: physical education, school, extracurricular physical training, technique, motor skill.