

**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

УДК [(37.015.31:796) + (37.016:796)] (06)
ББК 74.005.5 я 43 + 75р3я43 + 74.267.5я43
А 43

Актуальные проблемы физического воспитания учащейся молодежи: теория и практика : сборник материалов Республиканской научно-практической конференции с международным участием (г. Луганск, 5 апреля 2018 г.) / Под ред. проф. Т.Т. Ротерс. – Луганск, 2018. – 371 с.

Рецензенты

- Ляпин В.П.** – заведующий кафедрой физического воспитания ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Владимира Даля», доктор биологических наук, профессор, Заслуженный работник образования Украины
- Турянская О.Ф.** – профессор кафедры педагогики ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», доктор педагогических наук, профессор.
- Сероштан В.М.** – заведующий кафедрой физического воспитания ГУ ЛНР «Луганский государственный медицинский университет имени Святителя Луки», кандидат педагогических наук, профессор.

В сборник материалов конференции вошли статьи, посвященные актуальным проблемам теории и методологии модернизации физического воспитания учащейся молодежи; развития физической культуры в общеобразовательных учреждениях Луганской Народной Республики; развития физической культуры в системе среднего профессионального образования; преподавания спортивно-педагогических дисциплин в профессиональной подготовке будущих учителей физической культуры; формирования культуры здоровья и здорового образа жизни детей и учащейся молодежи; применения инновационных и гуманитарных технологий инклюзивного образования в сфере физической культуры.

Предназначен для студентов, магистрантов, аспирантов, преподавателей и научных работников, которые занимаются проблемами физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры.

Рекомендовано к печати Научной комиссией
Луганского национального университета имени Тараса Шевченко
(протокол № 13 от 19.06.2018)

© ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ
имени Тараса Шевченко», 2018

Уважаемый читатель!

Перед органами управления образованием, образовательными организациями и работодателями ЛНР встает задача максимальной вовлеченности передовых практик и инновационных технологий в образовательный процесс адаптации системы образования к новому образовательному пространству, к новым ценностно-смысловым, социально-политическим ориентирам педагогической и управленческой деятельности, что включает в себя участие в разработке нормативно-правовой базы, учебно-методической документации, комплексного методического обеспечения и средств контроля в соответствии с ФГОС третьего поколения РФ, на которые ориентируется вся образовательная общественность Луганской Народной Республики.

Руководителями и педагогами образовательных организаций в рамках работы конференции были озвучены текущие проблемы развития физической культуры в условиях государственных образовательных стандартов в образовательных организациях ЛНР, методических объединений; обсуждены и намечены пути их решения.

В сборнике научных статей Вам представлена возможность ознакомиться с проблемами физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры и путями их решения на основе индивидуальных образовательных траекторий, отрабатываемых как на базе пилотных площадок в образовательных учреждениях, так и в высших учебных заведениях при подготовке будущих специалистов по физической культуре и спорту.

Оргкомитет конференции

СОДЕРЖАНИЕ

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

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

Аннотация. Рассматриваются аспекты совершенствования процесса физического воспитания студентов высших учебных заведений. Проанализированы современные особенности организации физкультурно-оздоровительных занятий в процессе физического воспитания со студентами с приоритетным использованием различных видов единоборств. Доказана эффективность применения элементов единоборств для повышения физической подготовленности студенческой молодежи.

Ключевые слова: анализ, физическое воспитание, студенты, единоборства, физическая подготовленность.

Annotation. Aspects of perfection of process of physical training of students of higher educational institutions are considered. Modern features of the organization of physical-improving employment in the course of physical training with students with priority use of various kinds of single combats are analysed. It is proved the efficiency applications elements single combats for increase of physical readiness of student's youth.

Keywords: analysis, physical education, students, martial arts, physical fitness

Загной Т.В.

ПЕРИОДИЗАЦИЯ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В ПЛАВАНИИ

В основе рационального построения многолетней подготовки несомненно должно лежать стремление к обеспечению условий, в которых спортсмен способен проявить максимально возможный результат, вытекающий из его природных задатков и закономерно развитого на их основе широкого круга способностей. Реализация

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА
этого стремления может быть обеспечена исключительно планомерной и длительной подготовкой [1, с. 7].

Спортивное плавание является одним из наиболее популярных видов спорта, а в программе Олимпийских игр разыгрывается 34 комплекта медалей, что составляет более 11% общего количества наград.

С 2010 года Международный олимпийский комитет начал проводить Юношеские Олимпийские игры, в программе которых представлено и спортивное плавание. Этот вид спорта стал очень популярным для зрителей и привлекательный для спонсоров, чему способствует рост конкуренции на спортивных аренах, появление ярких пловцов и постоянный рост рекордов.

Стремительный прогресс в спортивном плавании обусловлен многими причинами, среди которых усиленный интерес многих выдающихся тренеров – представителей различных плавательных школ мира, материально-технические составляющие процесса подготовки и соревнований, а также достаточно интенсивная коммерциализация спортивного плавания, постепенно переводит его в русло профессионального спорта [5, с. 758].

Цель исследования – провести теоретико-методологический анализ периодизация многолетней подготовки спортсменов в плавании.

Целью многолетней подготовки юных спортсменов является поддержание оптимальной динамики развития физических качеств и функциональных возможностей и формирования специфической структуры спортивных способностей с возрастом высших достижений, и, соответственно биологическим закономерностям роста и развития

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

организма, она делится на этапы, каждый из которых имеет свои педагогические задачи.

В тренировочной практике прошлых лет спортивное плавание рассматривалось как «спорт юных», достижения в котором преимущественно связаны с возрастным периодом 15-18 лет у женщин и 17-22 лет – у мужчин, в соответствии с чем определялась продолжительность подготовки к высшим достижениям (8-9 лет – у женщин и 10-11 лет – у мужчин) и продолжительность выступлений на уровне высоких результатов – обычно не больше – 2-3 лет [2, 7]. На этом материале базировались и программно-нормативные основы многолетней подготовки пловцов, которые действуют и в настоящее время [6, с. 34].

Однако для современного плавания характерно существенное увеличение возраста, в котором пловцы достигают высоких результатов, и продолжительность их выступлений на самом высоком уровне. В частности, в соревнованиях многие пловцы независимо от пола устанавливают мировые рекорды в возрасте 24-27 лет и старше, что противоречит представлениям о продолжительности и содержании многолетней подготовки и соревновательной деятельности пловцов. Так, на XXIX Олимпийских играх в Пекине (2008) из 150 чемпионов и призеров Олимпийских игр, в женских и мужских номерах программы, включая эстафетное плавание, доля пловцов старше 20 лет у женщин составила – 77,4%, а у мужчин – 94, 7%. При этом среди женщин старше 24 лет чемпионами и призерами стало – 29,3%, а среди мужчин – 49,3% [3, с. 75].

Среди факторов, обуславливающих продолжение спортивной карьеры, Л. Драгунов называет увеличение политической значимости достижений и создание условий для стимулирования спортсменов,

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

развитие спортивной науки и достижения спортивной медицины в сфере профилактики и лечение травм и профессиональных заболеваний, непрерывную направленность пловцов на подготовку и выступления в очередных соревнованиях.

На современные тенденции в развитии спортивного плавания обратили внимание специалисты и начали широко обсуждать необходимость внесения изменений в периодизацию многолетней подготовки пловцов [1, с. 9]. Научные подходы к периодизации тренировочного процесса спортсменов заложены выдающимися учеными Л. Матвеевым, Ю. Верхошанским, В. Платоновым, Н. Озолиным в различных видах спорта и В. Шаповаловым, И. Большаковой в плавании в частности, создают предпосылки для построения тренировочного процесса в плавании в соответствии современным требованиям спорта высших достижений.

В совершенствовании планирования учебно-тренировочного процесса есть большие резервы повышения эффективности подготовки спортсменов. Перспективные планы разрабатываются с учетом передового тренерского опыта, систематизированного опыта подготовки чемпионов (призеров) Европы, мира и Олимпийских игр, новых научно-методических разработок и направлений развития спорта.

Направления дальнейшего совершенствования управления тренировочными и соревновательными нагрузками спортсменов высокого класса связаны с возможностью использования различных дополнительных факторов, способных поддержать работоспособность спортсменов на уровне, соответствующем характеристикам соревновательной деятельности [6, с. 24].

Современная наука о спорте обнаружила основные тенденции, которые объективно существуют в спортивной деятельности, в системе подготовки спортсменов [4, 5].

Система подготовки спортсменов состоит из трех подсистем: соревнования, тренировки и восстановления. И хотя тренировка занимает в системе подготовки наибольшее время, соревнования является основной структурой (стержнем) деятельности в спорте. Конечно тренировки и соревнования тесно взаимосвязаны с восстановлением. Поэтому принципы подготовки спортсменов и методические положения, вытекающие из них, касаются всех составных частей системы подготовки.

Принципами системы подготовки спортсменов являются:

- принцип направленности к высшим достижениям;
- принцип взаимосвязи структур соревновательной деятельности и подготовленности спортсменов;
- принцип цикличности и непрерывности подготовки.

Понятно, что перечисленные принципы не содержат всех различных закономерностей, характерных для современной подготовки спортсменов, поскольку теория спорта – область знаний, постоянно развивается.

Бурный рост спортивных результатов, новации процесса подготовки спортсменов ставят новые проблемы перед исследователями, тренерами и спортсменами, и круг специфических принципов подготовки спортсменов продолжает расширяться и уточняться.

Впрочем, несмотря на коренные изменения, наблюдаемые на соревновательных аренах, подходы к планированию и периодизации многолетней подготовки спортивного плавания и по сей день часто

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА остаются стандартными и предполагают в среднем 10 летний период 1-2-й год – начальная техническая и физическая подготовка; 3-4-й год – базовое обучение техники и развитие двигательных качеств; 5-6-й год – специфическая базовая подготовка к напряженной специальной подготовке; 7-8-й год – совершенствование техники, специальная подготовка к соревнованиям; 9-10-й год – специальная подготовка к важнейшим соревнованиям [5, с. 432].

Такие результаты требуют дополнительных исследований предложений, выдвигаемых специалистами по изменениям периодизации многолетней подготовки пловцов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Большакова И.В. Оптимальный возраст для реализации максимальных индивидуальных возможностей в плавании у женщин / И.В. Большакова // Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт. – 2013. – № 2. – С. 5–9
2. Булгакова Н.Ж. Плавание: учебник для вузов / Н.Ж. Булгакова. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 273 с.
3. Драгунов Л.О. Сучасні тенденції багаторічної підготовки плавців / Л.О. Драгунов // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. – 2013. – Вип. 13 (40). – С. 72–78.
4. Матвеев Л.П. Модельно-целевой подход к построению спортивной подготовки / Л.П. Матвеев // Теория и практика физ. культуры. – 2000. – №3. – С. 28–37.
5. Платонов В.Н. Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2012. – 1093 с.
6. Шкретій Ю.М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу в умовах інтенсифікації

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА
процесу підготовки: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора
наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична
культура, фізичне виховання різних груп населення / Ю.М. Шкретій.
– Київ. – 2006. – 48 с.

Аннотация. В статье «Периодизация многолетней подготовки спортсменов в плавании» Т.В. Загной проведен теоретико-методологический анализ периодизации многолетней подготовки спортсменов в спортивном плавании. Выявлено, что обострение конкурентной борьбы и повышения плотности спортивных результатов в плавании предъявляет качественно новые, более жесткие требования к эффективности процесса подготовки.

Ключевые слова: спортсмен, плавание, многолетняя подготовка, периодизация, соревнования.

Abstract. The article is «Periodization of long-term training of athletes in swimming» Т.В. Zagnoy devoted to the theoretical and methodological analysis of the periodization of long-term training of athletes in sport swimming. It was revealed that the aggravation of competition and the increase in the density of sports results in swimming presents qualitatively new, more stringent requirements for the effectiveness of the training process.

Keywords: students-athletes, training, motivation, socio-psychological factors of the effectiveness of vocational training.