

**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
Зенченко 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

Ключевые слова: современная молодежь, спортивно-оздоровительный туризм.

Annotation. This article deals with youth, their problems and the role of tourism in socialization. Data of the literature are given, social and pedagogical practice shows that physical culture, sport and tourism and local lore activities, and their involvement in the values of the sphere of physical culture, sports and tourism contribute to the effective socialization of adolescents.

Keywords: modern youth, sports and health tourism.

Фоменко А.В., Дроздов Д.В.

РОЛЬ БАСКЕТБОЛА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ ВУЗОВ

Физическая культура является значительным фактором в обучении любого специалиста информационных структур потому, что их обучение связано с огромным влиянием на внимание, зрение, активное использование интеллектуальной деятельности и сравнительно небольшой подвижностью.

В таких ситуациях физические упражнения снижают утомляемость нервной системы и человека в целом, стимулируют работоспособность, и стимулируют закалку иммунитета. Уровень здоровья современной студенческой молодежи вызывает серьезные опасения со стороны сотрудников медицинских учреждений и педагогических систем. Состояния здоровья студентов, свидетельствуют не только о значительных отклонениях в здоровье, но и показывают динамику снижения уровня здоровья за период обучения их в высших учебных заведениях. Обучение в ВУЗе характеризуется хроническим эмоциональным и интеллектуальным напряжением на

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

фоне дефицита двигательной активности, в связи, с чем существенно замедляется процесс адаптации студентов к обучению в вузе. Поскольку необходимыми условиями нормального функционирования организма является оптимальная двигательная активность, то становится очевидным, что повышение уровня физической культуры у студенческой молодежи и их приобщение к активному образу жизни является социально-педагогической проблемой, решение которой возложено на физическое воспитание учащихся в ходе их профессиональной подготовки. При этом специалисты утверждают, что совершенствование системы спортивной подготовки и показателей физического развития студентов положительно влияет на повышение уровня их профессиональной подготовки. Современная система физического воспитания студенческой молодежи не физкультурных вузов является приоритетной в формировании физической культуры как вида общей культуры личности, здорового образа и спортивного стиля жизнедеятельности будущих специалистов. Физические нагрузки стимулируют передачу нервных импульсов от мышц и суставов, активизируя центральную нервную систему и переводя её в состояние повышенной активности. Следовательно, стимулируется работа организма, способствуя повышению способности к восприятию различной информации.

Также большая часть упражнений является профилактикой хронических заболеваний и предупреждению проблем с опорно-двигательным аппаратом.

В современном обществе произошли существенные изменения, связанные с использованием компьютера, увеличилось количество профессий, связанных с операторским трудом, требующих от человека

быстро ориентироваться и переключаться от одних действий к другим, большого внимания, умения выполнять сложные и точные движения.

Для того чтобы стать профессионалом и овладеть сложнейшей бытовой техникой студенту необходимо развивать координационные способности для умения точно управлять двигательными действиями, зачастую в условиях дефицита времени, сохранения статической устойчивости и работоспособности. Наряду с этим, во многих современных профессиях требуется проявление таких качеств, как выносливость, сила, быстрота, ловкость, а так же концентрация и распределение внимания, оперативная память и мышление, скорость приема и переработки информации, развитие волевых качеств. Не зря многие рассматривают спортивную игру, как модель современной жизни, пользующиеся такой большой популярностью у молодежи и взрослых.

Физическая активность играет важную роль в становлении крепкого физического здоровья, формировании различных двигательных способностей, а также способствует укреплению общего эмоционального фона, даёт психологическую разрядку и просто приносит удовольствие. Студентам высших учебных заведений просто необходима физическая активность: постоянные умственные перегрузки, многочасовое сидение за книгами, кропотливая работа над контрольными и курсовыми работами, нехватка сна, – всё это приводит к эмоциональной неустойчивости, срывам и истерикам, нежеланию что-либо делать дальше. И здесь на помощь приходит физкультура и спорт. Большинство студентов ВУЗов предпочитают активные виды спорта такие как, футбол, волейбол, пляжный волейбол, баскетбол, коньки. Девушки большее предпочтение отдают фитнесу, спортивным

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА танцам и плаванию. Юноши – футболу, баскетболу, походам в тренажёрный зал [1].

Баскетбол, именно тот вид спорта, который развивает у человека множество различных двигательных способностей. Баскетбол – популярная спортивная игра. За свою более чем вековую историю он снискал огромное число почитателей во всем мире. Присущие ему высокая эмоциональность и зрелищность, многообразие проявления физических качеств и двигательных навыков, интеллектуальных способностей и психических возможностей привлекают к игре всевозрастающий интерес миллионов поклонников и у нас в стране.

В процессе игры в баскетбол, развиваются двигательные (физические) способности:

- скоростные;
- скоростно-силовые (рывки, прыжки с мячом и без мяча, броски и передачи и т. д.);
- выносливость (длительное выполнение упражнений с мячом и без мяча с разной, часто с высокой скоростью), а так же всевозможные сочетания двигательных способностей: «взрывная сила»; силовая и скоростная выносливость.

Система физических упражнений, основанных на баскетболе, также оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов в организме студента. Они улучшают восприятие, внимание, память, развивают воображение и мышление, что является основой для качественного восприятия и соблюдения правил, и условий, как самих упражнений, так и игры, согласование действий, как индивидуального игрока, так и всей команды в целом.

Баскетбол изначально был задуман в качестве игры для студентов, которым попросту надоело в зимнее время года заниматься

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА
исключительно гимнастикой, которая повсеместно была распространена в спортивных клубах, школах, ВУЗах США XIX века.

Баскетбол в нашем современном понимании характеризуется высоким уровнем двигательной активности и большими физическими нагрузками. Он сочетает в себе ходьбу, бег, остановки, повороты, прыжки, ловлю, броски и ведение мяча в окружении множества соперников. Баскетбол сегодня – это не только игра, вид спорта, но и особая система упражнений, позволяющая выработать определённый пласт физических навыков у человека.

Для студентов ВУЗов баскетбол является не только увлекательной атлетической игрой, включенной в учебную программу института, но и эффективным средством физического воспитания.

Баскетбол как особо подвижная игра с максимальным уровнем физической нагрузки решает задачи по укреплению здоровья студентов, развитию ловкости и координации, быстроты реакции, а также закаливанию их характера, воспитанию духа коллективизма и соперничества, ответственности [2].

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации). Особенностью спортивной игры баскетбол является мгновенная смена ситуаций, ориентировка в сложной двигательной

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА деятельности, выполнение разнообразной деятельности, выполнение разнообразных двигательных действий с мячом и без мяча.

Развитие двигательных способностей или навыков – это долгий, сложный и кропотливый процесс, позволяющий довести выполнение некоторых простых актов до автоматизма. Посредством игры в баскетбол студенты развивают такие навыки как ведение мяча, точная передача мяча товарищу по команде, обход соперника, попадание в кольцо с трёх зон (штрафной, двух-, трёх- очковой), которые оцениваются разным количеством очков. Однако чтобы эти навыки были предельно точны и эффективны во время игры, студентом необходимо иметь хотя бы базовый уровень физической подготовки.

Основная задача физической подготовки – это постоянное повышение функциональных возможностей, которые обеспечивают рост специальной работоспособности занимающихся, а также достижение оптимальных спортивных результатов. Именно физическая подготовка способствует развитию быстроты, силы, ловкости, выносливости.

Не менее важной особенностью физической подготовки являются затруднения в отделении её от остальных видов подготовки, в частности от овладения специальными двигательными навыками. Поскольку сила, выносливость, быстрота не проявляется сами по себе, следовательно, их существование возможно только в рамках активных действий. Таким образом, ядро любого двигательного навыка составляют физические качества. И эффективность этих движений зависит не только от правильности их выполнения, но и от степени проявления физических качеств. Поэтому физическая подготовка непосредственно связана с овладением техникой и тактикой игры и призвана обеспечить их оптимальное достижение.

Для студентов, желающих овладеть навыками игры в баскетбол, разработаны общие и специальные методики физической подготовки.

Общая физическая подготовка представляет собой комплекс упражнений, необходимых для развития физических качеств базового характера или разносторонней физической подготовленности и нацеленные на переход к предстоящей более сложной специальной физической подготовке.

Общая физическая подготовка включает в себя, прежде всего:

- разностороннее физическое развитие занимающихся;
- укрепление здоровья;
- повышение функциональных возможностей;
- приобретение спортивной работоспособности;
- развитие основных физических качеств и т. д.

Специальная физическая подготовка – то подготовка, направленная на непосредственное овладение навыками игры (ведением мяча, передачей пасов, забрасыванием мяча в корзину и т.д.).

Более того физическая подготовка располагает спектром средств, необходимых для достижения оптимального результата. В частности, это:

- силовые и скоростно-силовые упражнения общего и специального воздействия для развития силы мышц ног, рук и туловища;
- упражнения общего и специального воздействия для развития выносливости (скоростной и скоростно-силовой);
- упражнения общего и специального воздействия для развития быстроты и скорости передвижения (быстрота является ключевым

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА
элементом в баскетболе, а также является одним из важнейших качеств баскетболиста;

- упражнения общего и специального воздействия для развития ловкости (ловкость – это совершенная координация, подконтрольность действий в соответствии с изменяющейся обстановкой игры);

- упражнения общего и специального воздействия для развития гибкости (чем больше амплитуда движений отдельного игрока, тем эффективней игра всей команды).

Таким образом, невозможно развить двигательные способности без соответствующей физической подготовки, которая является сердцевиной физических навыков.

Для студентов ВУЗов физическая активность является не просто способом поддержать форму, но и средством эмоциональной разгрузки, и зарядом энергии.

Игра в баскетбол поистине является таким средством. Более того баскетбол развивает у студентов целый комплекс полезных двигательных способностей, таких как быстрая передача мяча, обход соперника, попадание мячом в корзину и т.д. Также физические упражнения, основанные на данной игре способствуют поддержанию и улучшению физической формы студентов, положительно влияют на их здоровье.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Аракчеев Д.А. Развитие двигательных способностей у студентов посредством игры в баскетбол / Д.А. Аракчеев, И.А. Зуева // «Молодежный научный форум: гуманитарные науки»: матер XV студенческой международная заоч. науч.-практ. конф. (август 2014г) / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: – URL: [http://www.nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/8\(15\).pdf](http://www.nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/8(15).pdf) – С. 55–61/

2. Галкин А.Р. Баскетбол как средство развития двигательных способностей у студентов [Электронный ресурс]: доклад / А.Р. Галкин, И.В. Чернышева, М.В. Шлемова, Е.В. Егорычева // Студенческий научный форум 2015: VII междунар. студ. электрон. науч. конф., 15 февр. 31 марта 2015 г. Направл. «Педагогические науки» / Рос. акад. Естествознания М.,2015.

3. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры // Под.ред. Ю.М. Портнова. – М.: Физкультура и Спорт, 1997.– 480с.

Аннотация. В статье «Роль баскетбола в физическом воспитании студентов гуманитарных ВУЗов» А.В. Фоменко, Д.В. Дроздов обсуждают вопросы баскетбола в физическом воспитании студентов. Выделяются общие и специальные методики физической подготовки для студентов, желающих овладеть навыками игры в баскетбол. Рассмотрены методики обучения и роль баскетбола в физическом воспитании студентов.

Ключевые слова: физическое воспитание, баскетбол, физические упражнения, подготовка, физические навыки.

Annotation. In the article «The role of basketball in the physical education of students of Humanities» A.V. Fomenko discusses basketball in the physical education of students. There are General and special methods of physical training for students wishing to master the skills of playing basketball. The methods of teaching and the role of basketball in the physical education of students.

Keywords: physical education, basketball, exercise, training, physical skills.