

**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>Зенченко 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

**Чорноштан А.Г., Демаш Я.Ю.**

Теоретические основы обучения учащихся младшего школьного возраста акробатическим упражнениям..... 110

**Чорноштан А.Г., Ивановский А.А.**

Теоретические основы использования единоборств как средства двигательной активности старшеклассников..... 119

**Чорноштан А. Г., Жердев В. О.**

Психологические особенности личности учителя физической культуры.. 129

**Чорноштан А.Г., Яровой С.А.**

Основы организации внешкольной работы по физическому воспитанию с учащимися общеобразовательных школ..... 139

**Шкурин А.И., Портной В.С.**

Методы совершенствования скоростно-силовых способностей юных футболистов..... 150

**Шкурин А.И., Сергеев А.В.**

Активные методы формирования здорового образа жизни у детей среднего школьного возраста..... 158

**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Бабешко А.П.**

Современные проблемы и перспективы развития физической культуры в системе среднего профессионального образования..... 166

**Малахова О.Н.**

О проблеме формирования здорового образа жизни у студентов..... 173

**Матченко Р.Г.**

Формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи... 178

**Метель А.И.**

Социокультурные предпосылки становления, функционирования и развития лицейского образования в Республике Беларусь..... 185

**Оксенюк М.Б.**

Мотивация учащихся и формирование интереса к занятиям физической культурой в системе среднего профессионального образования..... 195

**Чайкина О.А., Соломатина Н.В.**

Методологические аспекты обучения студентов техническим приемам волейбольных передач в различных игровых ситуациях..... 204

**МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНО–ПЕДАГОГИЧЕСКИХ  
ДИСЦИПЛИН В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ  
БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Асташова Е.Н., Лимонченко А.С.**

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>

health and the formation of the foundations of a healthy lifestyle of a person is determined.

Keywords: formation, preservation, human health, motor activity, healthy lifestyle.

**Завадич В.Н.**

## **СУЩНОСТЬ И СТРУКТУРА ПОНЯТИЯ**

### **«КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ»**

Общая культура личности и ее формирование выступает, центральной проблемой системы образования и воспитания. Одно из ведущих мест в контексте этой проблемы должно занимать формирование культуры здоровья личности, которая является составным компонентом, общей культуры человека.

Интерес к проблеме здоровья личности существенно возрос. Культура, как универсальное явление, пронизывает все сферы общественной жизни и виды человеческой деятельности.

В специальной литературе, пока нет единого подхода в трактовке самого понятия «культура здоровья», ее структурных компонентов и содержания. Цель работы состоит в том, чтобы дать теоретическое обоснование понятию «культура здоровья», определить структурные элементы и сущностную характеристику этого явления.

Понятие «культура» чрезвычайно многогранно, на протяжении многих столетий создавались различные теоретические концепции сущности культуры. Термин «культура» впервые использовал Цицерон с целью определения качества умственного развития и духовности личности.

В римской античности термин культура имел другое значение – воспитатель, наставник. Это свидетельствует о его наполненности

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА  
общечеловеческим содержанием -человеческая ученость, образованность [7].

Наиболее же привычное для нас значение «культуры» (в смысле воспитания и образования) в этом контексте воспринимается как нечто дополняющее, а иногда и исправляющее человеческую природу.

М.С. Колесов дает такое определение: «Культура есть особенный деятельный способ освоения человеком мира, включающий как весь внешний мир, природу и общество, так и внутренний мир самого человека в смысле его формирования и развития» [3].

В энциклопедическом советском словаре говорится: «Культура – возделывание, воспитание, образование, развитие, почитание, исторически определенный уровень развития общества, творческих сил и способностей человека, выраженный в типах и формах организации жизни и деятельности людей, а также в создаваемых ими материальных и духовных ценностях» [5].

Термином «культура» характеризуется как исторически определенный уровень общественного развития, наличие творческих сил и способностей человека, выражающийся в типах и формах организации жизни и деятельности людей. Всё это выражается и проявляется в создаваемых ими материальных и духовных ценностях.

С. Булгаков Культуру, определяет как творческое отношение человека к миру и самому себе, когда человек на свой труд в мире накладывает отпечаток своего духа [1].

Идея здоровья личности запрограммирована в самом укладе ее жизни и общества, в общечеловеческой культуре. Здоровье есть правильная, нормальная деятельность, гармония духовного, психического и физического начал человека. Достижение иерархической гармонии духовного, психического, физического в

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА  
каждом человеке, через всемерное, гармоническое развитие личности составляют основную задачу воспитания культуры здоровья.

«Здоровье – это состояние организма, определяющее его адаптивные возможности и составляющие потребностно-мотивационную и информационную основу жизнедеятельности организма. Оно может быть выражено интегральными характеристиками взаимопроникновения состояния отдельных органов и систем организма» [2].

А.Н. Щетинин полагает, что здоровье человека есть процесс свободного функционирования всех систем организма в условиях взаимодействия с внешней средой; а болезнь есть процесс ограниченного функционирования системы организма в условиях взаимодействия с внешней средой.

По словам Сухомлинского В.А., «свежий воздух, полноценное питание, богатая духовная жизнь – это животворные источники физического и морального здоровья» [6].

Если определить, что основная сущность здоровья заключается в активной жизнедеятельности индивида, то можно утверждать, что одним из главных показателей уровня здоровья выступают функциональные резервы адаптации организма.

Физический аспект здоровья это достижение высокого уровня физической работоспособности, адаптации к условиям меняющейся внешней и внутренней среды, устойчивости к заболеваниям на сроки, приближающиеся к максимальной для человека естественной продолжительности жизни.

Под физическим аспектом здоровья, по нашему мнению, следует понимать нормальное функционирование всех органов и систем

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА  
организма человека, в условиях равновесия с внешней средой и самим собой.

Понятие психического здоровья вытекает из самих условий человеческого существования и едино для всех времен и всех культур.

Под психическим аспектом здоровья следует понимать развитие психических процессов и свойств соответственно возрасту, полу, индивидуальным особенностям организма и адекватное поведение человека в окружающем мире.

Духовное здоровье рассматривается в науке как наличие смыслообразующих жизненных целей и движение к ним. Цель жизни – познать себя, поверить в свои реальные силы и жить на основе осознания себе как космопланетарного, биосоциального и национально-личностного существа.

Уместно будет напомнить высказывание В.А. Сухомлинского «мне казалось очень важным, чтобы понимание человека как высшей ценности было основой духовной и моральной культуры» [6]. Это, безусловно, касается и духовного аспекта культуры здоровья личности.

Компонентами духовного здоровья являются ценности, нормы, идеальные образы, наиболее соответствующие современному социуму способствующую активной, созидательной человеческой деятельности.

Одним из важнейших моментов, влияющих на формирование культуры здоровья личности, являются установившаяся в обществе система ценностей. Ценности являются регулятором человеческих стремлений и поступков. Они определяют в конкретной ситуации мотивацию ведения здорового образа жизни.

Показателем здоровья человека выступает его целостность. Если ему удастся установить отношения с людьми на принципах любви, уважения друг к другу, он приобретёт чувство единства с

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА  
окружающими, уверенности, сохраняя вместе с тем свою целостность [4].

Компонентом духовного здоровья являются гуманистические ценностные ориентации, которые становятся основой развития здоровой личности школьника.

Под духовным аспектом здоровья следует понимать осознание человеком себя как целостной личности, сформированность гуманистических ценностных ориентаций, осознание смысла и понимание ценности жизни, сформированность оптимистического мироощущения.

Философы Древней Греции рассматривали человека как природное и социальное существо, подчеркивая связь его с Космосом. Античные мыслители видели идеал человека в духе «калокагатии» – прекрасного духом и телом. Термин «калокагатия» использовался Сократом для понимания гармонии телесного и духовного. Он утверждал целостность духовно-телесного равновесия: жить в согласии не только с естественной природой, но и в согласии с собой, со своей общественной природой [5].

В подтверждение иерархичности духовного, психического, физического в человеке еще античные философы утверждали, что духовные качества человека являются его определяющим началом.

Е.И. Рерих указывала, что любой врач должен уметь члнить, прежде всего, духовные причины болезней, потому что все болезни находятся в тонком теле. Гармония духовного, психического, физического в каждом человеке, через всемерное, гармоническое развитие личности составляют основную задачу воспитания культуры здоровья.

Объединяя два общечеловеческих понятия, какими являются культура и здоровье мы отмечаем не просто их механическую связь, а синтез, образующий новое качество, новый смысл. Прежде всего, культура здоровья должна пониматься нами как часть общей культуры личности.

Основные философские, социологические, культурологические и педагогические концепции культуры вообще и культуры личности в частности дает нам научную основу для понимания сути категории «культура здоровья личности». Как отмечает В.А. Скумин , «культура здоровья» , возникшая на стыке десятков и даже сотен наук о человеке и его здоровье, вместе с тем является стройным самостоятельным учением, имеющим четкий концептуальный подход к изучению и решению стоящих перед ним задач.

По мнению Л.Г. Татарниковой, под «культурой здоровья» следует понимать степень достаточности в овладении валеологическими знаниями, самокоррекцией психологического состояния, включением в процесс овладения знаниями [7].

Индивидуальный уровень здоровья означает, что человек находясь в обществе, испытывает влияние, в зависимости от уклада жизни, моды, окружения. В зависимости от этого у него меняются взгляды и методы укрепления здоровья. Любой человек должен осознавать себя как индивидуальность, имеющую определенный уровень здоровья, реализующую себя на основе этого уровня в творческой деятельности, обладающую определенной степенью духовного, интеллектуального, психического и физического развития, осознающую своё бытие и место в Мире. Усвоение человеком понятия «культура здоровья» является основой формирования здоровой и всесторонне развитой личности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Булгаков С. Сочинения. В 2-х т. / С. Булгаков – М.: Наука. 1993. – Т.1 – 345с.
2. Давыдова Г. Творчество и диалектика / Г. Давыдова – М.: Наука 1976. – 175с.
3. Колесов Ш. Человек и культура: философские размышления. / Ш. Колесов – К.; Из-во общества «Знание» Украины 1994 – 48с.
4. Психоанализ и культура: Избранные труды Карен Хорни и Эриха Фронна. –М; Юрист. 1995. – 623с. – (Лики культуры)
5. Советский энциклопедический словарь/ Гл. ред. А. Прохоров; редкол.: А.А. Гусев и др. Изд. 4-е. – М.: Сов.энциклопедия,1987. – 1600 с.
6. Сухомлинский В. Сердце отдаю детям. 3-е издание. / В. Сухомлинский – К.: Радянська школа, 1973 – 244с
7. Татарникова Л. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. / Л. Татарникова – СП-б: Изд «Петровский и К°», 1995. – 352с.

Аннотация: Цель работы состоит в том, чтобы дать теоретическое обоснование понятия культуры здоровья, определить динамику этого явления. Культура здоровья человека, понимается как часть общей культуры личности, но она существенно отличается от других разновидностей культуры своими структурными элементами и содержанием.

Ключевые слова: культура, здоровье, культура здоровья, физическая культура, структура культуры здоровья.

Annotation: Purpose of work consists of that, to give the theoretical ground of concept of culture of health, define the dynamics of this

phenomenon in a historical aspect. Culture of health of man, understood as edge part cultures of personality, but she substantially differs from other varieties of culture the structural elements and maintenance.

Keywords: culture, health, culture of health, physical culture, structure of culture of health.

**Лаврухин В.В.**

### **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Роль уроков физической культуры на современном этапе развития школы связана с проблемой сохранения здоровья и развития физических качеств и потенциала учащихся. Здоровье школьников с возрастом ухудшается: их функциональные возможности снижаются, что приводит к трудностям в усвоении учебной программы. Концепция модернизации современного образования дало старт нового этапа в формировании школы. Поэтому одна из первоочередных задач учителя физической культуры – сохранение и укрепление здоровья школьников. Эту задачу на современном этапе развития образования уже невозможно эффективно решать только традиционными методами. Важнейшей составляющей современного образовательного процесса является инновационная деятельность. Известно, что Инновация (анг. innovation -нововведение) – изменение внутри системы (in – внутри); создание и внедрение различного вида новшеств, порождающих значимые прогрессивные изменения в социальной практике. В данной статье мы сделаем акцент на педагогической инновации. Педагогическая инновация – это педагогическое нововведение; целенаправленное прогрессивное изменение, вносящее в образовательную среду стабильные элементы (новшества),