

**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  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛУГАНСКОЙ  
НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ»**

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

*Материалы  
II Республиканской  
научно-практической конференции  
с международным участием*

*г. Луганск  
28 марта 2019 год*

УДК [37.015.31 : 796] (06)

ББК 74.005.5 я 43

### **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 медицинских наук, профессор.

**А 43    Актуальные вопросы физического воспитания учащейся молодежи: теория и практика** : материалы II Республиканской научно-практической конференции с международным участием (г. Луганск, 28 марта 2019 г.) / Под ред. проф. Т.Т. Ротерс. – Луганск, 2019. – 211 с.

В сборник конференции вошли тезисы, 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 № 12 от 22 мая 2019 года)

© Коллектив авторов  
ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ  
имени Тараса Шевченко», 2019

## **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 Государственными стандартами общего образования 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 тезисов Вам представлена возможность ознакомиться с современным состоянием, проблемами и перспективами развития физической культуры в общеобразовательных учреждениях, проанализировать актуальные вопросы развития физической культуры в системе дополнительного образования, среднего и высшего профессионального образования; рассмотреть вопросы совершенствования профессиональной подготовки будущих специалистов в области физической культуры и спорта, а также инновационные технологии в образовательных учреждениях различного уровня Луганской Народной Республики и стран ближнего зарубежья

**Оргкомитет конференции**

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| Вступительное слово.....  | 3  |
| <b>СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ, ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ<br/>РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ<br/>В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ</b>   |    |
| <b>Андросова А.П.</b> Формы организации процесса обучения<br>по спортивному направлению в рамках реализации профильного<br>уровня образования в общеобразовательных учебных заведениях..... | 10 |
| <b>Асташова Е.Н., Лимонченко А.С.</b> К проблеме повышения<br>эффективности физического воспитания в общеобразовательных<br>учебных заведениях.....   | 12 |
| <b>Богданова А.С.</b> Оздоровительный фитнес как основное средство<br>сохранения и укрепления здоровья школьников.....  | 15 |
| <b>Бурлакова Т.Л.</b> Организация и содержание физического воспитания<br>школьников.....  | 17 |
| <b>Горашук В.П., Артёменко Ю.В.</b> Особенности организации<br>и проведения уроков физической культуры со школьниками,<br>отнесёнными к специальной медицинской группе.....                 | 19 |
| <b>Горашук В.П., Рябов С.И.</b> Организационно-педагогические условия<br>организации физкультурно-оздоровительной работы в условиях<br>начальной школы.....                                 | 22 |
| <b>Дикова В.С.</b> Проблемы в работе учителя физической культуры в школе.   | 25 |
| <b>Завадич В.Н.</b> Эстетическое воспитание на уроках физической культуры<br>и в учебно-тренировочном процессе.....   | 29 |
| <b>Коробейникова Е.И., Красникова А.А.</b> Волейбол в образовательных<br>учреждениях как средство укрепления здоровья обучающихся.....  | 31 |
| <b>Кострыкин В.Я.</b> Физкультурно-спортивная работа со студентами<br>с ограниченными психофизическими возможностями как ресурс<br>развития и самореализации их личности.....               | 34 |
| <b>Кузнецова Т.В.</b> Формирование педагогической культуры будущих<br>учителей физической культуры как психолого-педагогическая<br>проблема.....  | 36 |
| <b>Павлова Н.А., Шепелева А.А.</b> Педагогические условия организации<br>физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном<br>учреждении.....                                | 39 |
| <b>Погребнёв С.С.</b> Рекомендации по подготовке высокомотивированных<br>и одаренных детей к олимпиаде по предмету<br>«Физическая культура и здоровье».....                                 | 42 |
| <b>Прищенко Д.И.</b> Воспитание эмоционально-волевых качеств учащихся<br>младшего школьного возраста на уроках физической культуры.....   | 46 |
| <b>Фоменко А.В.</b> Влияние спортивных игр на формирование  | 48 |

|   |           |
|---|-----------|
| личности студента.....  |           |
| <b>Чорноштан А.Г., Вилькосс В.А.</b> Методические основы организации занятий фитбол-аэробикой с учащимися старшего школьного возраста... 50   | <b>50</b> |
| <b>Чорноштан А.Г., Орлов С.В.</b> Теоретические основы использования тхэквондо как средства двигательной активности старшеклассников..... 52  | <b>52</b> |
| <b>Чорноштан А.Г., Приголовкин А.В.</b> Методические основы организации внешкольных занятий тайским боксом со старшеклассниками..... 55   | <b>55</b> |
| <b>Чорноштан А.Г., Школьная Е.Н.</b> Основы методики проведения фитнес-тренировок различной интенсивности с учащимися старшего школьного возраста..... 57   | <b>57</b> |
| <b>Шиловских К.В.</b> Физическое развитие школьниц 10-11 классов на уроках физической культуры посредством фитнес-технологий..... 60  | <b>60</b> |
| <b>АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ<br/>В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>  |           |
| <b>Андросова А.П., Земский В.А.</b> Характеристика соревновательной деятельности мини-футбольной команды..... 64  | <b>64</b> |
| <b>Богданова А.С., Бабенко И.А.</b> Функциональные особенности подготовки вратарей в футболе..... 66  | <b>66</b> |
| <b>Гончарова Н.В., Палкин А.В.</b> Перспективы использования дисциплины «Физическая культура»..... 69   | <b>69</b> |
| <b>Запольская С.Н.</b> Актуальные вопросы качественного образования..... 72   | <b>72</b> |
| <b>Устинских Е.Е.</b> Характеристика морфофункциональных показателей юных игроков в настольный теннис различной степени подготовленности..... 75  | <b>75</b> |
| <b>Матвеев А.П., Недядько В.В.</b> Основы организации внешкольной спортивно-массовой работы с учащимися старшего школьного возраста фитнес-аэробики в системе дополнительного образования школьников 77 | <b>77</b> |
| <b>Шинкарев С.В.</b> Влияние занятий легкой атлетикой на организм подростка..... 80   | <b>80</b> |
| <b>АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ<br/>В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>   |           |
| <b>Бабешко А.П.</b> Анализ речевого общения преподавателей со студентами в процессе занятий по физической культуре..... 84  | <b>84</b> |
| <b>Бабешко А.П., Легеда А.П.</b> Функциональные аспекты растягивания и гибкости мышц плечевого пояса, предплечья и кисти..... 86  | <b>86</b> |
| <b>Легеда А.П.</b> Фитнес как фактор формирования здорового образа жизни обучающихся..... 88  | <b>88</b> |
| <b>Малахова О.Н.</b> Повышение двигательной активности у студентов СПО. 91  | <b>91</b> |
| <b>Пшечук-Воронина Я.Ю.</b> Комплексный подход в исследовании физической подготовки будущих хореографов на занятиях физической культурой..... 93  | <b>93</b> |

|   |            |
|---|------------|
| <b>Трубчаникова И.А.</b> Реализация требований ФГОС к результатам освоения основ профессиональной образовательной программы по дисциплине «Теория и история физической культуры»..... | <b>99</b>  |
| <b>АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ<br/>В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>  |            |
| <b>Андреенок Т.А., Ситникова М.И.</b> Мотивы выбора профессии учителя физической культуры.....  | <b>104</b> |
| <b>Будков С.А., Крещук Е.П.</b> Повышение уровня физической подготовленности студентов вузов.....   | <b>106</b> |
| <b>Вовк В.М., Синютин В.Г.</b> Анализ состояния здоровья студентов высших учебных заведений при использовании мини-футбола.....   | <b>109</b> |
| <b>Головинова И.Ю., Нестерова М.Н.</b> Физическое воспитание в Вузах Китая.....   | <b>112</b> |
| <b>Гончарова Н.В., Головинова И.Ю.</b> Этапы формирования культуры профессионального здоровья будущего учителя в системе высшего педагогического образования.....                     | <b>114</b> |
| <b>Драгнев Ю.В.</b> Организация работы отделения СПС «Армспорт» Института физического воспитания и спорта.....  | <b>116</b> |
| <b>Дроздов Д.В.</b> Основные аспекты содержания учебно-тренировочного процесса по футзалу студентов высших учебных заведений.....   | <b>119</b> |
| <b>Коробейникова Е.И., Бурова Е.В.</b> Необходимость продления курса «Физическая культура» для студентов старших курсов.....  | <b>122</b> |
| <b>Крещук Е.П.</b> Пути повышения качества физического воспитания в вузе.   | <b>124</b> |
| <b>Лукиянова Л.М.</b> К вопросу об обучении плаванию студентов в Волгоградском государственном социально-педагогическом университете  | <b>126</b> |
| <b>Мартыненко Е.Н.</b> Влияние лечебной физической культуры на организм студентов.....  | <b>128</b> |
| <b>Олефир А.В.</b> Эстетическая сторона восприятия спортивной игры ринго как средства формирования культуры студентов.....  | <b>130</b> |
| <b>Пехота Е.И.</b> Культурная направленность физического воспитания в системе высшего учреждения образования.....   | <b>133</b> |
| <b>Хомутова Е.В., Лукиянова Л.М., Зверева А.С.</b> Формирование мотивации и отношение учащейся молодежи к занятиям физической культурой в высших учебных заведениях.....              | <b>136</b> |
| <b>Шинкарев С.В.</b> Влияние занятий спортивными играми на формирование личностных особенностей у студентов.....  | <b>139</b> |
| <b>АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ<br/>ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ<br/>СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ<br/>И СПОРТА</b>                                       |            |
| <b>Горностаева Ю.В.</b> Модели соревновательной деятельности у бегуний  | <b>144</b> |

|   |            |
|---|------------|
| на дистанции 400м с барьерами.....  |            |
| <b>Дворецкий Л.К., Зайцев В.М.</b> Опыт подготовки и повышения квалификации государственных служащих за рубежом.....  | <b>146</b> |
| <b>Загной Т.В.</b> Теоретико-методологические предпосылки формирования ценностных ориентаций у учебно-профессиональной деятельности студентов-спортсменов.....  | <b>149</b> |
| <b>Зююков А.В., Савонина Л.В.</b> Мотивы приобщения детей к занятиям спортивной гимнастикой.....  | <b>151</b> |
| <b>Мирошина Е.Н.</b> Проблемные задания как средство формирования профессиональных компетенций у студентов, обучающихся по специальности «Физическая культура» (из опыта работы).....   | <b>155</b> |
| <b>Ротерс Т.Т.</b> Проблема взаимодействия профессионального образования и научно-исследовательской деятельности студентов.....   | <b>158</b> |
| <b>Хомутова Е.В., Лукьянова Л.М., Жукова Е.А., Шацкая А.Д.</b> Карьерные кризисы современных российских спортсменов в области физической культуры и спорта.....   | <b>160</b> |
| <b>Чорноштан А.Г., Дорошенко К.Д.</b> Функции рейтинговой системы педагогического контроля и оценивания успеваемости будущих специалистов по физическому воспитанию.....  | <b>164</b> |
| <b>Шкурин А.И., Востриков С.А.</b> Проблемы формирования имиджа будущего специалиста в образовании.....   | <b>167</b> |
| <b>ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ</b>   |            |
| <b>В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РАЗЛИЧНОГО УРОВНЯ</b>  |            |
| <b>Афгимчук О.Е., Полякова В.П.</b> Интернет-технологии в системе физкультурного образования.....   | <b>171</b> |
| <b>Болдарь О.С., Никишина О.А.</b> Использование инновационных технологий на занятиях физической культуры в колледже.....   | <b>175</b> |
| <b>Васецкая Н. В.</b> Гуманитарные технологии инклюзивного образования в сфере физической культуры.....   | <b>178</b> |
| <b>Дворецкий Л.К., Валендо С.Г., Дворецкий Е.Л.</b> Эффективность набора детей в СДЮШОР хоккейного клуба «Юность-Минск» с использованием биометрического тестирования.....  | <b>181</b> |
| <b>Максимович В.А., Дворецкий Л.К.</b> Оценка совместимости в системе «тренер-спортсмен» отделения греко-римской борьбы Гродненского государственного училища олимпийского резерва с использованием биометрического тестирования..... | <b>183</b> |
| <b>Мещеряков А.И.</b> Использование информационных технологий в практике образовательных учреждений различного уровня.....  | <b>185</b> |
| <b>Никишина О.А., Болдарь О.С.</b> Теоретические и методические основы инновационной деятельности в процессе физической культуры.....   | <b>188</b> |

|   |            |
|---|------------|
| <b>Павлова Н.А., Кравцова Е.Н.</b> Методические особенности использования физкультурно-оздоровительных технологий в работе с детьми младшего дошкольного возраста.....          | <b>190</b> |
| <b>Савко Э.И., Зернова Т.В., Харук В.В.</b> Теоретические знания по дисциплине «Физическая культура» студентов географического факультета.....                                  | <b>193</b> |
| <b>Савко Э.И., Меркулова Е.И., Калантай С.В., Подоляко Т.С.</b> Здоровьесберегающие инновационные технологии физического воспитания.....  | <b>196</b> |
| <b>Фомченко О.Ф., Яворская М.С.</b> Олимпийское образование как инновационная технология физического воспитания детей дошкольного возраста.....                                 | <b>199</b> |
| <b>Чорноштан А.Г., Кулинская О.С.</b> Основы использования оздоровительных фитнес-технологий как средства развития двигательных качеств студентов высших учебных заведений..... | <b>202</b> |
| <b>Сведения об авторах.....</b>   | <b>205</b> |



деятельности. Ведущим педагогическим средством на данном этапе выступают практико-имитационные ситуации, ситуации саморегуляции, ситуации самореализации.

Результаты, полученные при решении основных задач исследования, подтвердили эффективность построенной модели формирования культуры здоровья у всех его субъектов [1, 2].

Перспективы дальнейшего изучения проблемы состоят в построении модели непрерывного процесса формирования культуры профессионального здоровья будущего учителя на всем протяжении профессиональной подготовки в вузе, изучении специфики использования разработанной модели на материале других дисциплин профессиональной подготовки, установлении межпредметных связей, построении в университете целостного здоровьесберегающего образовательного пространства. Также требуют изучения проблемы формирования культуры профессионального здоровья учителя в системе повышения квалификации, использования лично ориентированного образования как фактора сохранения здоровья всех участников образовательного процесса.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гончарова Н.В. Формирование культуры профессионального здоровья будущего учителя: дис. ... канд. пед. наук / Н.В. Гончарова. – Волгоград, 2005.
2. Гончарова Н.В., Головинова И.Ю. Современные оздоровительные технологии в физкультурно-спортивной деятельности. Учебное пособие / Н.В. Гончарова, И.Ю. Головина. – М.: Планета, 2015. – 144с.

**Драгнев Ю. В.**

канд. пед. наук, доцент

ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет  
имени Тараса Шевченко»

#### **Организация работы отделения СПС «Армспорт» Института физического воспитания и спорта**

В отделении «Армспорт» дисциплины СПС «Армспорт» Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко» в 2018–2019 годах обучаются такие студенты: Коренева Ангелина, Гришин Артем, Каламурза Влад, Акимов Ярослав, Бородин Дмитрий, Вовк Данил, Кириллок Руслан, Столяр Николай, Тесля Вадим. Цель изучения

дисциплины – формирование целостной системы теоретических и методических знаний, практических умений и навыков проведения учебно-тренировочных занятий по армспорту во внеклассной работе. Задачи: овладение практическим программным материалом и развитие умений его оптимального выбора для организации и проведения учебно-тренировочных занятий; повышение уровня развития основных двигательных качеств; формирование методических умений и навыков; овладение базовыми физическими упражнениями армспорта и их терминологическими названиями.

Занятия по армспорту проходят по утвержденному расписанию: Занятия по армспорту проходят по утвержденному расписанию: вторник – 17.00–18.20; четверг – 17.00–18.20; суббота – 6.00–17.20 в Фитнес-центре университета.

Учебно-тренировочный процесс направлен на повышение уровня технической, тактической, физической, психологической, интегральной подготовленности студентов при занятиях армспортом. Студенты изучают технику безопасности при занятиях армспортом, правила соревнований по армспорту и т.д. Для учебно-тренировочного процесса достаточно важными являются такие пособия и рекомендации [1; 2; 3; 4; 5].

02 октября 2018 года в Фитнес-центре университета состоялись спарринги по армспорту в отделении СПС «Армспорт». Студенты уверенно отработывали технические приемы борьбы и получали боевой опыт в поединках.

23 октября 2018 года в Фитнес-центре университета состоялся ARMFIGHT «Абсолютка» на правую и левую руки среди студентов отделения СПС «Армспорт» и армрестлеров Федерации армспорта ЛНР. Армрестлинг достаточно интересный, силовой и интеллектуальный вид спорта. Благодаря тому, что он является видом единоборств, где определяется победитель по результатам борьбы за специальным армстолом, армрестлинг развивает волю к победе, укрепляет характер рукоборцев и формирует дружественное отношение к своим соперникам в процессе и после соревнований. Главным судьей соревнований был к.п.н, доцент кафедры теории методики физического воспитания, тренер по армспорту Ю.В. Драгнев. Поддержка соревнований осуществлялось председателем спортивного клуба университета А.С. Лимонченко.

Соревнования такого формата проходили впервые среди студентов отделения СПС «Армспорт», которые непосредственно только начали заниматься армрестлингом. В соревнованиях ARMFIGHT и «Абсолютка» была интересная борьба и выявлен лучший армспортсмен в ARMFIGHT (борьба с одним соперником 6 раундов) по правилам PAL, а также в соревнованиях «Абсолютка» было интересно смотреть за ходом борьбы

ребят, так здесь соревнования проводились по правилам WAF до двух поражений. Основными целями и задачами проведения соревнований были: привлечение молодежи к занятиям армспортом; популяризация армспорта среди студентов университета. Победители и призеры были награждены грамотами и медалями.

*Результаты ARMFIGHT на левую руку*

Поединок: Сейтмеров Сергей – Косенкин Никита.

Со счетом 5:1 победу одержал Сейтмеров Сергей.

Поединок: Вовк Данил – Тесля Вадим.

Со счетом 6:0 победу одержал Вовк Данил.

Поединок: Каламурза Влад – Бородин Дмитрий.

Со счетом 6:0 победу одержал Каламурза Влад.

Поединок: Гребенюк Сергей – Подопригора Данил.

Со счетом 4:2 победу одержал Гребенюк Сергей.

*Результаты ARMFIGHT на правую руку*

Поединок: Сейтмеров Сергей – Косенкин Никита.

Со счетом 5:1 победу одержал Сейтмеров Сергей.

Поединок: Вовк Данил – Тесля Вадим.

Со счетом 6:0 победу одержал Вовк Данил.

Поединок: Бородин Дмитрий – Каламурза Влад.

Со счетом 6:0 победу одержал Бородин Дмитрий.

Поединок: Подопригора Данил – Гребенюк Сергей.

Со счетом 6:0 победу одержал Подопригора Данил.

Так же была проведена «Абсолютка» без учета весовых категорий на правую и левую руки.

*Результаты «Абсолютка» на левую руку*

1 место – Сейтмеров Сергей.

2 место – Косенкин Никита.

3 место – Гребенюк Сергей.

*Результаты «Абсолютка» на правую руку*

1 место – Сейтмеров Сергей.

2 место – Косенкин Никита.

3 место – Подопригора Данил.

14 февраля 2019 года состоялись спарринги в отделении «Армспорт» среди студентов университета и приглашенными студентами Далековского университета, тренером которых является Р.Г. Харьковский.

Занятия армспортом в отделении «Армспорт» Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко» в 2018–2019 годах направлены на формирование *знаний* о значении физической культуры в жизни человека с целью сохранения и укрепления здоровья; базовые

знания о технике выполнения специфических упражнений, об основах методики развития двигательных качеств, о гигиенических требованиях к проведению занятий по армспорту, о технике безопасности на занятиях армспорту; *умений* выполнять физические упражнения в армспорте, использовать специфические физические упражнения для целенаправленного развития основных физических качеств, применять приёмы самостраховки в процессе выполнения технических приемов борьбы; оказывать первую помощь при травматических повреждениях; *навыков* использования жизненно важных двигательных действий в повседневной деятельности, использования средств армспорта как одного из главных факторов в организации здорового образа жизни, использования армспорта в процессе самостоятельных занятий физической культурой.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Армрестлинг: программа для специализир. учеб.-спортив. учреждений / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. федерация армрестлинга; [сост.: В.В. Бабук, К.А. Гусалов, В.А. Ладес]. – Минск : РУМЦ ФВН, 2009. – 51 с.
2. Драгнев Ю.В. Методика физической подготовки ученической молодежи. Часть 1. «Армспорт» : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед. физич. воспитания и спорта / пер. с укр. / Юрий Владимирович Драгнев ; Гос. учр. «Луган. нац. ун-т имени Тараса Шевченко». – Луганск : Изд-во ДЗ «ЛНУ имени Тараса Шевченко», Элтон-2, 2011. – 428 с.
3. Республиканский реестр видов спорта (утвержден приказом Министерства культуры, спорта и молодёжи Луганской Народной Республики от 20 декабря 2016г. №387) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mklnr.su/engine/download.php?id=137&area=static>
4. Теория и методики физического воспитания : учеб. для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03 «Физ. культура»/ Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина и др.; Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 287 с.
5. Тюменев А. 8 специальных принципов физической подготовки в армрестлинге [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://armsport1.ucoz.ru/news/teorija\\_armrestlinga/2015-01-22-5258](http://armsport1.ucoz.ru/news/teorija_armrestlinga/2015-01-22-5258)

**Дроздов Д.В.**

ст. преподаватель кафедры спортивных дисциплин  
ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ имени Тараса Шевченко»

**Основные аспекты содержания учебно-тренировочного  
процесса по футболу студентов высших учебных заведений**