

Научное издание

ВЕСТНИК

Луганского государственного
педагогического университета

Серия 2

Физическое воспитание и спорт



№ 4(113) • 2023 ВЕСТНИК ЛУГАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

№4(113)
2023



КНИГА

Издатель ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
«Книга»

ул. Оборонная, 2, г. Луганск, 291011, т/ф +7 857-258-03-20

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ВЕСТНИК



Луганского
государственного
педагогического университета

Серия 2

Физическое воспитание и спорт

№ 4(113) • 2023

Сборник научных трудов



Луганск
2023

УДК 08:378.4(477.61)ЛГПУ:796(062.552)
ББК 95.4я43+75я5+796я5
В38

Учредитель и издатель
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

Основан в 2015 г.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

Главный редактор

Ротерс Т. Т. – доктор педагогических наук, профессор

Заместитель главного редактора

Чорноштан А. Г. – кандидат педагогических наук, доцент

Выпускающий редактор

Калинина Г. Г. – заведующий редакционно-издательским отделом

Редактор серии

Павлова Н. А. – кандидат педагогических наук, доцент

Состав редакционной коллегии серии:

Горащук В. П. – доктор педагогических наук, профессор
Деминская Л. А. – доктор педагогических наук, профессор
Матвеев А. П. – доктор педагогических наук, профессор
Климочкина Е. М. – доктор медицинских наук, профессор
Сесёлкин А. И. – доктор педагогических наук, профессор
Чернышев Д. А. – доктор педагогических наук, профессор
Коляда М. Г. – доктор педагогических наук, профессор

В38 Вестник Луганского государственного педагогического университета :
сб. науч. тр. Сер. 2, Физическое воспитание и спорт. № 4(113) / гл. ред. Т. Т. Ротерс ;
вып. ред. Г. Г. Калинина ; ред. сер. Н. А. Павлова ; ФГБОУ ВО «ЛГПУ». – Луганск :
Книга, 2023. – 96 с.

Настоящий сборник содержит оригинальные материалы ученых различных отраслей наук и групп специальностей, а также результаты исследований научных учреждений и учебных заведений, обладающие научной новизной, представляющие собой результаты проводимых или завершенных изучений теоретического или научно-практического характера.

Адресуется ученым-исследователям, докторантам, аспирантам, соискателям, педагогическим работникам, студентам и всем, интересующимся проблемами развития научного знания.

*Издание включено в Перечень рецензируемых научных изданий
(приказ МОН ДНР № 433 от 8 мая 2018 г.; приказ МОН ЛНР № 273-ОД от 14 апреля 2022 г.).
Включено в РИНЦ*

*Печатается по решению Ученого совета Луганского государственного
педагогического университета (протокол № 6 от 25 декабря 2023 г.)*

УДК 08:378.4(477.61)ЛГПУ:796(062.552)
ББК 95.4я43+75я5+796я5

© Коллектив авторов, 2023
© ФГБОУ ВО «ЛГПУ», 2023

СОДЕРЖАНИЕ

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Абакуменко Д. Ю., Ерёменко И. В. Особенности влияния карате на организм человека в младшем школьном возрасте.....	4
Богданова Е. В. Теоретические аспекты оценки качества инклюзивного образования в вузе.....	9
Васецкая Н. В., Кострыкин В. Я. Особенности реализации физической культуры: психологический и педагогический контекст.....	15
Драгнев Ю. В. Промежуточные результаты работы научной школы Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга» за первое полугодие 2023-2024 гг.....	22
Ерёменко И. В., Бочеров А. С. Принципы управления процессом совершенствования технического мастерства футболистов.....	33
Завадич В. Н. Значение подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста.....	39
Крайнюк О. П., Загной Т. В. Вариативность как педагогическое условие внеурочной деятельности при подготовке к выполнению норм комплекса ГТО школьниками.....	43
Крещук Е. П., Загной Т. В. Деловая игра как форма активного обучения специалистов в области физической культуры.....	51
Попелухина С. В., Петров В. В. Обзорный анализ развития системы образования в области физической культуры и спорта в СССР.....	58
АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РЕАБИЛИТАЦИИ, АДАПТИВНОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, АДАПТИВНОГО СПОРТА	
Бурлакова Т. Л. Актуальные проблемы формирования культуры здоровья студенческой молодежи в системе физического воспитания...	65
Дюбина Е. В. Физическая нагрузка как средство повышения работоспособности.....	71
Клименко И. В. Анализ моделей формирования универсальных компетенций на разных уровнях образования.....	76
Мелешко Е. А. Сущность понятия «готовность к научно-исследовательской деятельности» будущих специалистов адаптивной физической культуры.....	83
СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ.....	90
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ АВТОРОВ.....	92

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

УДК [373.3.016:796.853.26]-042.3

Абакуменко Дарья Юрьевна,
ст. преподаватель кафедры олимпийского
и профессионального спорта
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
daria.abakumenko@yandex.com

Ерёменко Игорь Владимирович,
ст. преподаватель кафедры олимпийского
и профессионального спорта,
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
yeromenko90@yandex.ru

Особенности влияния карате на организм человека в младшем школьном возрасте

В статье рассмотрено влияние занятий карате на мышечные изменения человека, его координацию, осанку, социально-эмоциональное здоровье и здоровье костей. Также кратко рассмотрен младший школьный возраст и положительное влияние занятий карате на здоровье в данном возрастном периоде.

Ключевые слова: карате, дети младшего школьного возраста, физическое и психическое здоровье, спортивная тренировка.

Согласно наблюдениям и исследованиям, занятия карате, несомненно, оказывают благотворное влияние на человека – как на его организм, так и на психику. Среди физических преимуществ отмечают особое развитие таких качеств, как выносливость, сила и гибкость [3].

Также были отмечены положительные остеогенные изменения, сопровождающиеся значительным ростом костей и увеличением минеральной плотности костной ткани [2].

Что же касается влияния на социальное функционирование человека и пользы для его психического здоровья, отмечается, что занятия способствуют приобретению чувства независимости, воспитанию самоконтроля и самоуважения, доброжелательности в общении, терпения, доброго отношения к окружающим, а также повышению уровня дисциплины. Еще одной важной особенностью и преимуществом карате является его связь и взаимодействие с различными традиционными видами спорта [4].

Г. Н. Арзютов, В. П. Копаев, Н. А. Фомин отмечают: «Важнейшей задачей в процессе подготовки каратистов является обеспечение оптимального развития физических качеств, присущих человеку. В числе основных физических качеств различают мышечную силу, быстроту, выносливость, ловкость и гибкость» [1].

Рассмотрим более подробно аспекты влияния карате на человека.

Отсутствие физической активности является серьезным фактором риска появления ряда заболеваний. Занятия же карате предполагают пребывание в постоянном движении. Регулярная физическая подвижность способствует нормализации жизнедеятельности человека и улучшению работы функциональных систем организма. В частности, выделяются аспекты, на которые занятия карате влияют в особенности [4].

Мышечные изменения. Отмечается улучшение показателей мышечной силы, взрывной силы, общей выносливости, а также повышение сердечно-сосудистой выносливости. Таким образом, занятия карате могут эффективно применяться для увеличения силы, скорости, способности мышц повторять движения до упора.

Карате эффективно для выработки ловкости и мышечной выносливости, повышает гибкость и равновесие. Увеличивает мышечную массу у занимающихся [2]. Это имеет важное значение, поскольку улучшение гибкости позволяет увеличивать диапазон движений, а увеличение мышечной массы означает улучшение состава организма в целом.

Также сообщается об увеличении ударного объема сердечной мышцы и снижении частоты сердечных сокращений в состоянии покоя, что указывает на улучшение процесса получения кислорода через кровь, что положительно влияет на состояние функциональных систем организма [3].

Координация и осанка. Отмечается положительное влияние карате на координацию. В то время, как при занятиях другими видами спорта носят обувь, занятия карате обычно проходят без обуви или в адаптированной легкой обуви. По этой причине мускулатура стопы активно задействована для удержания равновесия.

Карате также является видом спорта, в котором важны быстрые удары ногами и быстрота других действий, поэтому устойчивость, в том числе и на одной ноге, является важным условием успеха и также помогает достичь более высокого уровня постурального контроля и координации. Как следствие, также происходит выравнивание нижних конечностей и позвоночника, формируется правильная осанка [1].

Увеличение объема серого вещества мозга. Отмечается, что занятия карате имеют влияние на увеличение количества серого вещества в мозге. Увеличение количества серого вещества, в свою очередь, имеет влияние на память, когнитивные процессы, моторику, а также на планирование и выполнение движений. Увеличение количества серого вещества является результатом изучения сложных двигательных навыков, выполнения новых задач, запоминания техник и моделей движений, характерных для карате. Улучшение мозговых процессов приводит к повышению когнитивных способностей и в других аспектах деятельности человека.

Здоровье костей. Обнаружено, что занятия карате на протяжении длительного времени имеют положительное влияние на развитие костной ткани, а также плотность костей. Костная масса становится крепче и толще, значительно замедляются остеогенные изменения и развитие остеопороза. Во время активного роста для детей важно выполнять упражнения с весовой нагрузкой для увеличения плотности костей, поскольку это оказывает профилактическое воздействие, и в более позднем возрасте, когда плотность

костной ткани начинает уменьшаться и начинает прогрессировать остеопороз, их кости будут более крепкими [3].

Социально-эмоциональное здоровье. Занятия карате открывают дополнительные возможности для взаимодействия между людьми, приводят к улучшению социальных навыков, повышению общительности, уровня дисциплины и терпеливости. Развиваются такие черты характера, как уважение, храбрость и сочувствие. Имеет значение и то, что происходит регулярное общение в кругу единомышленников, заботящихся о своем развитии и здоровье.

Установлено, что люди, занимающиеся боевыми искусствами, более склонны к здоровому образу жизни и поведению, в частности стремятся лучше питаться, избегать рискованного поведения, больше занимаются физическими упражнениями, избегают употребления наркотиков и алкоголя [5].

Таким образом, занятия карате могут благотворно влиять на социальное, эмоциональное и психическое здоровье детей.

Психическое здоровье. Занятия карате также влияют на психическое здоровье человека. Польза включает повышение самооценки и самоконтроля, уровня психологической самозащиты. Человек чувствует и имеет больше контроля над своим состоянием. Также была обнаружена взаимосвязь между способностью к саморегуляции, развиваемой во время тренировок, и когнитивными способностями человека.

А. И. Травников пишет: «Занятия карате – прекрасное средство воспитания и укрепления различных психических качеств ... Особенности занятия карате (многочисленные учебные группы, необходимость в спарринг-партнере) способствуют воспитанию ценных психических качеств бойца. Это является основой неразрывной связи процессов тренировки и воспитания в карате» [5].

Карате и другие виды спорта. Особенности и преимущества, предлагаемые карате, привлекают и спортсменов, занимающихся другими видами спорта. Было установлено, что занятия каратэ в рамках подготовки к другим видам спорта делают весомый вклад в развитие выносливости, способности к высокоинтенсивным занятиям, снижение утомляемости и более быстрое восстановление организма. Поэтому карате нередко используется в качестве эффективного способа подготовки своего организма к другим видам спортивной деятельности [3].

Младший школьный возраст – это период, характеризующийся постепенным снижением зависимости ребенка от родителей и установлением более широких отношений с учителями и друзьями. Кроме того, в этот период происходят физические, умственные, эмоциональные, моральные и поведенческие изменения.

Развитие организма детей зависит от наследственных факторов и факторов окружающей среды. Большое влияние на развитие человека оказывают также социальные и экономические условия жизни (воспитание, учеба, трудовая деятельность, питание). Наиболее естественным и мощным фактором влияния на развитие организма являются средства физического воспитания.

Ценности и эмоциональное «я», которые развиваются в этот период, оказывают определяющее воздействие на жизнь ребенка, поэтому в

подростковом возрасте очень важна адаптация к возникающим новым реалиям жизни школьника и практическое воспитание, включая спортивное. Педагоги проявляют большой интерес к включению спортивных мероприятий в свою образовательную работу, в частности обучению карате.

Занятия карате в период начальной школы способствуют не только улучшению здоровья и физической силы, но и положительно влияют на когнитивное, эмоциональное и социальное развитие. Карате оказывает положительное влияние на психологические характеристики тренирующихся, такие как сила воли, концентрация и саморегуляция.

Кроме того, у занимающихся карате вырабатывается высокий уровень стрессоустойчивости. Исследования учащихся начальной школы карате показывают, что карате положительно развивает общительность и психическое здоровье [2].

Помимо пользы для физического состояния, карате помогает детям усвоить важные жизненные принципы, а именно:

- уметь ставить цели;
- улучшать концентрацию внимания;
- учиться уважению;
- соблюдать правила;
- контролировать импульсивность;
- брать на себя ответственность;
- воспитывать в себе устойчивость.

Таким образом, хотя любая физическая активность полезна для профилактики заболеваний и поддержания здоровья, регулярные занятия карате продемонстрировали, что они более эффективны для достижения высокого уровня физической подготовки, поддержания здоровья, улучшения качества жизни в целом, в том числе и для детей.

Список литературы

1. **Арзютов, Г. Н.** Многолетняя подготовка в спортивных единоборствах / Г. Н. Арзютов. – Киев : НПУ им. М. П. Драгоманова, 1999. – 410 с.
2. **Восточные единоборства** : для мальчиков / [авт.-сост. М. Гутин]. – Москва : АСТ : Астрель, 2000. – 160 с. – ISBN 5-271-00414-7.
3. **Кобаев, В. П.** Разностороннее развитие младших школьников через преподавание единоборств (на примере карате) / В. П. Кобаев // Управление качеством образования: теория и практика эффективного администрирования. – 2017. – № 4. – С. 88–96.
4. **Травников, А. И.** Карате для начинающих / А. И. Травников. – Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2008. – 160 с. – ISBN 978-5-17-054988-7.
5. **Фомин, Н. А.** Возрастные особенности физического воспитания / Н. А. Фомин, В. П. Филин. – Москва : Физкультура и спорт, 1972. – 175 с.

**Abakumenko D. Y.,
Yeromenko I. V.**

Features of the effect of karate on the human body in primary school age

The article examines the impact of karate classes on human muscle changes, coordination, posture, social and emotional health and bone health. The primary school age and the positive impact of karate classes on health in this age period are also briefly considered.

Key words: *karate, primary school children, physical and mental health, sports training.*

Богданова Елена Виталиевна,
канд. пед. наук,
зав. кафедрой теории и методики
физического воспитания
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
bogdanova-elena-70@rambler.ru

Теоретические аспекты оценки качества инклюзивного образования в вузе

В статье рассматриваются теоретические аспекты оценки качества инклюзивного образования в вузе. Современная система оценки качества образования активно изучается учеными, выявлены подходы к данной процедуре, концептуальные положения. Автор акцентирует внимание на необходимости данной процедуры именно в инклюзивном высшем образовании, поскольку качественная продукция образовательной организации – выпускник.

Ключевые слова: инклюзия, инклюзивное образование, управление образовательной организацией, вуз, студенты, качество.

Проблема инклюзивного образования тесно связана с новой парадигмой образования, в основе которой лежит переход к новым образовательным технологиям. Инклюзивное образование рассматривается многими международными организациями как приоритетное направление развития национальных систем высшего образования, потому что реализация права граждан на получение качественного образования и социальную интеграцию является важным фактором устойчивого развития общества. Сама система инклюзивного образования включает в себя учебные заведения среднего, профессионального и высшего образования. Ее главные направления работы – это создание безбарьерной среды в учебе и профессиональной подготовке людей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. Это техническая оснастка образовательных заведений, разработка специальных учебных курсов для педагогов и учеников, которые направлены на развитие их взаимодействия с людьми с особыми потребностями. В таких заведениях ведется работа над специальными программами, которые направлены на то, чтобы облегчить процесс адаптации учеников с ограниченными возможностями в образовательных заведениях.

Реализация инклюзивного образования в высшей школе подразумевает не просто включение студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в уже существующую образовательную среду, а предполагает планомерный переход и создание качественно нового учебно-воспитательного образовательного пространства образовательной организации. Г. Н. Пенин в статье «Инклюзивное образование как новая парадигма государственной политики РФ» обозначил следующие основные направления развития инклюзивного подхода к высшему профессиональному образованию: профорентация на основе качественного общего образования, обучение в условиях интеграции, обеспечение доступности, создание

безбарьерной среды, медико-реабилитационное сопровождение, разработка современных технологий и стратегии обучения, востребованность выпускников вузов на рынке труда и их конкурентоспособность [9]. Следовательно, этот процесс затрагивает все аспекты образования.

Мы использовали в своей работе анализ научной литературы в области оценки качества образования, подходов к процедуре оценивания, рассматривали различные концепции и концептуальные подходы к качеству образования в отечественной системе высшего образования.

Основным критерием эффективности инклюзивного профессионального образования является успешная социализация, овладение культурой, развитие социального опыта, профессиональное самоопределение молодых людей, в том числе студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. В результате анализа научной литературы по вопросу внедрения инклюзии в образовательные учреждения (Т. В. Артемьева, О. В. Зиневич, А. И. Ахметзянова, А. Т. Курбанова, И. А. Нигматуллина, Л. А. Нагорная, Н. Н. Нагорный, Л. А. Потылицына, А. А. Твардовская, А. Т. Файзрахманова) нами было определено, что оценивать качество процесса организации инклюзивного образования необходимо комплексно, системно.

Исследователь А. И. Субетто рассматривает оценку качества образования как процесс, в результате которого определяется степень соответствия измеряемых образовательных результатов, условий их обеспечения установленному эталону как общепризнанной зафиксированной в нормативных документах системе требований к качеству образования, образовательным услугам [11].

О. А. Горленко подчеркивает, что категория «качество» прочно вошла в область образования, а также в арсенал педагогических понятий с обобщенной смысловой нагрузкой как совокупность определенных свойств, характеризующих сущность объекта и отличие его от других [4, с. 11].

Ученые рассматривали качество образования с различных позиций. Ряд исследований обращены к сущности понятия «качество образования» (А. И. Субетто, Н. В. Тихомирова,) [11; 12], к вопросам развития системы качества отечественного образования (М. Л. Агранович, В. А. Болотов). Сравнительный анализ оценки качества образования в различных странах проводили такие исследователи, как Л. О. Денищева, А. С. Корощенко, С. Е. Дюкова, В. З. Резникова, И. Е. Сураvegина [6].

На современном этапе научного знания в оценке качества образования нет единого подхода к данному процессу. Многие ученые рассматривают оценку качества через призму подготовленности выпускника вуза согласно образовательным программам, другие через создание в вузе определенных условий, через востребованность выпускников на рынке труда и т. д.

На Всемирной конференции по высшему образованию в 1998 году, организованной ЮНЕСКО, была принята декларация «Всемирная декларация о высшем образовании для XXI века», и в ней было дано следующее определение: «Качество в сфере высшего образования является многомерной концепцией, которая должна охватывать все его функции и виды деятельности: учебные и академические программы; научные исследования и стипендии; укомплектование кадрами; учащихся; здания; материально-техническую базу; оборудование; работу на благо общества и академическую среду» [3].

В целом, на данный момент существует много исследований, в которых качество образования рассматривается с управленческой, информационной, цифровой, психологической, личностной и других позиций.

Средства и подходы к достижению качества образования отражают парадигму качества, отсюда вытекает определенная концепция. На наш взгляд, для отечественного образования наиболее характерна концепция качества образования в соответствии с целями, задачами, современными требованиями к выпускнику с учетом государственных образовательных стандартов. Мы поддерживаем мнение исследователя Н. В. Богдан [1], которая считает качество образования синтетической категорией, отражающей все компоненты и аспекты развития образования как системы. Современный этап развития качества образования отражается в становлении новых социальных функций образования, где образованность человека в центре понимания качества образования.

Ключевое значение для проектирования и внедрения системы управления качеством в сфере образования имеют следующие категории, положения теории управления качеством, сформулированные В. В. Окрепиловым [8]:

1) законы управления качеством: единство систем управления, соотносительность управляющей и управляемой систем, оптимальное сочетание централизации и децентрализации;

2) принципы управления качеством: плановость, эффективность, оптимальность;

3) принципы формирования структур управления качеством: иерархичность, единство распоряжений, рациональное сочетание коллегиальности и единоначалия;

4) принципы формирования процесса управления качеством: динамичность, непрерывность, оптимальность, цикличность;

5) требования к процессу управления качеством: оперативность, пропорциональность, экономичность, эффективность [8].

При реализации инклюзивного образования в высшей школе все это становится еще более актуальным и важным, поскольку процесс обучения студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья требует от педагогического коллектива и всей педагогической системы совершенно новых подходов.

Модель и методика развития инклюзивного образования, разработанные Т. Бутом и М. Эйнскоу, получили большое распространение в мировом образовательном сообществе и оказали влияние на многие работы по оценке инклюзии в образовании [6]. В рамках данной методики выделяются одновременно 3 вектора оценки: инклюзивная культура, политика и инклюзивная практика. В пособии «Показатели инклюзии» ученые Т. Бут и М. Эйнскоу предлагают не только модель инклюзивной образовательной организации, но и важный механизм, позволяющий сделать эту модель реальной и продуктивно работающей. Этот механизм работает на основе обсуждения всеми участниками образовательного процесса препятствий и трудностей их включения в него, внешних и внутренних ресурсов, необходимых для этого, планирования согласованных мер по устранению этих препятствий и достижению поставленных целей. На основе этого взаимодействия формируется инклюзивное сообщество, основой которого

становится ценность развития потенциала каждого его участника, учет разнообразных интересов участников сообщества, согласование их в процессе реализации [2].

В отечественных исследованиях оценка инклюзивного образования представлена в методике измерения инклюзивной культуры, включающей два крупных содержательных блока вопросов: построение «инклюзивного сообщества» и становление «инклюзивных ценностей» (Е. Л. Тихомирова и Е. В. Шадрова) [12], в методике отечественного мягкого рейтинга инклюзии по Е. Р. Ярской-Смирновой и Т. В. Разумовской, построенной по аналогии с показателями инклюзии, предложенными М. Эйнскоу и Т. Бутом [2].

Деятельностная парадигма процедуры оценивания качества инклюзивности образовательного процесса в организации содержится в функционально-модельной методике, предложенной А. А. Нестеровой и анализирующей становление инклюзии в контексте измерения полноты и вариативности разрабатываемых условий для обучения и социализации лиц с инвалидностью. В качестве критериев эффективности инклюзивного образования она выделяет результаты обучения, социализации и благополучия лица с инвалидностью; оценку образовательной среды и качество психолого-педагогического и социального сопровождения, которые образовательная организация создает для обучающихся [7].

Таким образом, подходы к оценке качества инклюзивного образовательного процесса в образовательных организациях представляют собой широкий набор количественных и качественных индикаторов, позволяющих, с одной стороны, оценить социальную активность и академическую результативность обучающихся с особыми потребностями, а с другой – оценить группу условий, необходимых для наиболее полного вовлечения всех лиц в инклюзивные образовательные практики, а также для обеспечения преемственности инклюзивного процесса на всех уровнях его развития. В оценку качества инклюзивного образования, наряду с оценкой знаний обучающихся, должен включаться комплекс показателей, начиная от организации питания и досуга до учебно-методического обеспечения образовательного процесса и профессиональной подготовки всего педагогического коллектива. Создавая систему управления качеством в образовательной организации, необходимо, в первую очередь, определиться с конечной продукцией, которую она выпускает. Таким образом, качественная продукция образовательной организации – выпускник.

Список литературы

1. **Богдан, Н. В.** Здоровьесбережение в достижении качества образования в вузе / Н. В. Богдан // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Сер.: Образование. Пед. науки. – 2009. – № 1(134). – С. 66–70.
2. **Бут, Т.** Показатели инклюзии : практ. пособие / Т. Бут, М. Эйнскоу ; под ред. М. Вогана ; пер. с англ. И. Анисеева ; науч. ред. Н. Борисова ; под общ. ред. М. Перфильевой. – Москва : Перспектива, [2007?]. – 124 с. – ISBN 978-5-91400-009-4.
3. **Всемирная декларация** о высшем образовании для XXI века: подходы и практические меры (Париж, 5–9 октября 1998 года). – Текст :

- электронный // Conventions.ru : [сайт]. – URL: http://www.conventions.ru/view_base.php?id=1496 (дата обращения: 04.01.2024).
4. **Горленко, О. А.** Менеджмент качества: анализ основных определений / О. А. Горленко // Методы менеджмента качества. – 2004. – № 12. – С. 34–36.
 5. **Зинченко, В. О.** Пути решения проблемы качества высшего образования в Российской Федерации / В. О. Зинченко // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко. Сер. 1, Пед. науки. Образование. – 2017. – № 1(3). – С. 143–152.
 6. **Каланова, Ш. М.** Тотальный менеджмент качества в высшем образовании : учеб. пособие – практико-ориентированная моногр. / Ш. М. Каланова, В. К. Бишимбаев. – Астана : Фолиант, 2006. – 476 с. – ISBN 9965-35-026-4.
 7. **Методические рекомендации** по управлению качеством образования в образовательной организации / авт.-сост.: О. А. Пригужалова, О. В. Созонтова, Е. А. Хадакова. – Липецк : ГАУДПО ЛО «ИРО», 2019. – 132 с.
 8. **Нестерова, А. А.** Критерии оценки качества инклюзивного образования / А. А. Нестерова // Инклюзивное образование: преемственность инклюзивной культуры и практики : сб. материалов IV Междунар. науч.-практ. конф. / гл. ред. С. В. Алехина. – Москва, 2017. – ISBN 978-5-94051-175-5. – С. 38–41.
 9. **Окрепилов, В. В.** Всеобщее управление качеством : учеб. для студентов вузов : [в 4 кн.]. Кн. 1 / В. В. Окрепилов. – Санкт-Петербург : Изд-во СПбУЭФ, 1996. – 454 с. – ISBN 5-7310-0577-X.
 10. **Пенин, Г. Н.** Инклюзивное образование как новая парадигма государственной политики / Г. Н. Пенин // Инклюзивное образование. – 2010. – № 9. – С. 41–47.
 11. **Субетто, А. И.** Качество непрерывного образования в Российской Федерации: состояние, тенденции, проблемы и перспективы / А. И. Субетто. – Санкт-Петербург ; Москва : Исслед. центр проблем качества подгот. специалистов, 2000. – 498 с. – ISBN 5-7563-0145-3.
 12. **Тихомирова, Е. Л.** Методика оценки сформированности инклюзивной культуры вуза / Е. Л. Тихомирова, Е. В. Шадрова // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2016. – Т. 8, № 5. – С. 163–167.
 13. **Управление качеством образования** : практико-ориентированная моногр. и метод. пособие / [М. М. Поташник, Е. А. Ямбург, Д. Ш. Матрос и др.]. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – Москва : Пед. о-во России, 2006. – 448 с. – ISBN 5-93134-335-0.
 14. **Федоров, В. А.** Педагогические технологии управления качеством профессионального образования / В. А. Федоров, Е. Д. Колегова. – Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2007. – 226 с. – ISBN 5-8050-0105-5.

Bogdanova E. V.

**Theoretical aspects of assessing the quality
of inclusive education at the university**

The article discusses the theoretical aspects of assessing the quality of inclusive education in higher education. The modern educational quality assessment system is being actively studied by scientists, approaches to this procedure and conceptual provisions have been identified. The author focuses on the need for this procedure in inclusive higher education, since the quality products of an educational organization are graduates.

Key words: *inclusion, inclusive education, management of an educational organization, university, students, quality.*

УДК [378.016:796.011.3]:[159.9:796]

Васецкая Наталия Валерьевна,
ст. преподаватель кафедры
физического воспитания
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
nataly.sport@mail.ru

Кострыкин Владлен Ярославович,
ст. преподаватель кафедры
физического воспитания
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

Особенности реализации физической культуры: психологический и педагогический контекст

В данной статье рассматриваются особенности реализации физической культуры в психологическом и педагогическом контексте. Исследуются влияние психологических факторов на активность студентов в физических занятиях и значение педагогических практик для развития психологически стабильной и социализированной личности. Анализ этих аспектов позволяет разработать более эффективные методы и подходы в преподавании физической культуры в высшем образовании.

Ключевые слова: *физическая культура, мотивации, педагогические методы, актуализация, психология спорта.*

В условиях информатизации общества и развития тенденции к пассивному образу жизни физическая культура выступает как важный элемент жизни каждого человека, отчасти являя собой тот фактор, который определяет способность личности к рефлексии и осознанности.

Физкультура не только способствует укреплению и поддержанию физического здоровья, но и имеет выраженное влияние на психологическое состояние человека, его мотивацию, психологическую и ценностную стабильность. Наконец, в существующих реалиях физическая культура – это показатель осознанности и стремления к повышению качества собственной жизни, утверждение ее ценности личностью в собственном восприятии. Реализация физической культуры в рамках становления личности студента требует учета и осмысления содержательных особенностей в психологическом и педагогическом контексте. В данной статье мы рассмотрим их более подробно, актуализируя основные средства и инструменты для приобщения молодых людей к физической культуре.

Цель статьи – выявить особенности реализации физической культуры в психологическом и педагогическом контексте.

Одна из ключевых целей нашего государства в области молодежной политики состоит в содействии улучшению здоровья молодого поколения. Особое внимание в рамках этой задачи должно быть сосредоточено на актуализации значимости физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни. Особая роль в этом процессе отводится вузам и образовательным учреждениям, поскольку именно они курируют молодежь

и юношество, оказывают психолого-педагогическое воздействие на их становление и выступают в качестве наставников.

Практики физической культуры неразрывно связаны с психологическим аспектом, поскольку он играет важную роль в принятии решений и реализации физической культуры. Уровень мотивации, настрой, эмоциональное состояние и характеристики личности – все это оказывает влияние на способность человека участвовать в физических занятиях и достигать результатов. Понимание этих психологических особенностей помогает педагогам и тренерам эффективно организовать занятия и максимально стимулировать студентов к активной физической деятельности.

В педагогическом контексте особенности реализации физической культуры связаны с выбором методов и подходов к обучению. Необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого студента, его способности и потребности. Эффективная педагогическая система должна быть адаптирована к каждому ученику, чтобы стимулировать его участие и прогресс. Исследователь Э. В. Губанов подчеркивает, что основной целью физического воспитания в высшем образовании является формирование культуры личности, особенно в физическом плане. Эта цель актуальна для многих научных областей, связанных с физической культурой: педагогика, психология, физиология, медицина, теория физической культуры [1].

Действительно, история нам показывает, что для процветания общества очень важно иметь здоровое и способное к работе население. Поэтому система образования включает в себя занятия физической культурой как обязательный компонент развития личности студентов. Практика физической культуры в рамках вузовского обучения играет главную роль в развитии и формировании двигательных умений и навыков. Развитие детей и подростков с психолого-педагогической точки зрения – это целенаправленная работа с ними. Главная цель этой работы – развить у них навыки самоконтроля, саморегуляции, умение мыслить, развить силу воли, умение поставить цели в спорте и жизни.

По мнению Е. А. Колькиной, в настоящее время психология спорта в основном помогает людям, занимающимся спортом, развивать умение предвосхищать и решать возникающие вопросы и проблемы. Образовательный процесс в контексте физической культуры включает две очень важные части:

- 1) физическая культура;
- 2) спортивная психология.

Два компонента равносильны и равнозначны, играют важную роль в развитии студентов. Психологическая подготовка в области физкультуры и спорта становится все важнее из-за роста роли спорта в поддержании здоровья граждан, его социального значения и достижений [3]. Сначала спортивная психология сосредоточилась на помощи людям, занимающимся спортом, а затем расширила свои задачи и начала помогать им в развитии их физического потенциала, привлечении к физкультуре, активизации мотивации с целью последующего вовлечения в спорт. Такой подход является базовым для совершенствования здоровья населения в целом. И это обусловлено мотивацией социального порядка.

Все люди хотят быть лучшими. Спорт помогает определить, кто добился высокого уровня, а кто еще нет. Спортсмены соревнуются не только сами с собой, но и с другими. В спорте есть два пути: либо победить

и быть чемпионом, либо проиграть и показать, что нужно еще работать. Современные молодые люди должны понимать эти два направления и знать, что при упорных усилиях неудачи могут превратиться в радость победы. Жизнь в спорте всегда влияет на наше настроение и мышление. Определенно, такая концепция транслируется не только на успехи спортивного толка, но и на развитие мировоззрения личности, становление ценностных ориентиров молодых людей.

Физическая активность помогает людям найти в себе мотивацию и преодолеть различные трудности – физические, нравственные, учебные. Соревнования были созданы для того, чтобы люди стремились к победе и строили свою жизнь и будущее, включая личностные, материальные и образовательные аспекты. Таким образом, мы приходим к пониманию значимости спортивной психологии как фактора развития личности.

Спортивная психология – это раздел психологии, который изучает, как умственные процессы и поведение человека влияют на его спортивные достижения. Она включает в себя две области исследования: психологию физического воспитания и психологию спорта.

В работе А. В. Калугиной, посвященной педагогическому и психологическому содержанию физической культуры в вузе, особое внимание уделяется исследованиям в области психологии физического воспитания. Также автор отмечает, что психология спорта изучает личностные и поведенческие особенности спортсменов и тренеров, их взаимоотношения, а также психологическую поддержку физической активности [2].

Основные задачи психологии спорта включают:

- 1) проведение фундаментальных исследований о том, как формируется личность при занятии физической активностью;
- 2) развитие специфических черт личности, например, мужества в спортивных состязаниях;
- 3) изучение личностных качеств спортсменов разного уровня, включая как начинающих, так и профессионалов.

Для того, чтобы поддерживать, укреплять и развивать свое здоровье, мы должны воспитывать определенные ценности среди учащихся. Самой важной ценностью является здоровье человека. Отношение к своему здоровью выступает значимой культурной основой для каждого человека. Следовательно, технологии по актуализации ценности здоровья должны быть внедрены в образовательные учреждения как часть культурного опыта. Спорт, в свою очередь, является одним из средств закрепления этой ценности в сознании.

Один из важных показателей успеха и силы спортсмена – это его забота о здоровье. Увеличение социальной активности способствует развитию во всех областях жизни спортсмена. Однако, помимо развития своих спортивных навыков, спортсмен также стремится достичь своего потенциала. Это является основной целью развития современной конкурентной культуры личности.

Во всех высших учебных заведениях студенты обязательно проходят занятия по физической подготовке. Это имеет большое влияние на их интеллектуальную, эмоциональную, силовую и мировоззренческую сферу. Современное понимание физической культуры для личности означает

не только развитие спортивных навыков, но и понимание человеческого потенциала, его мотивации и перспектив в области физического воспитания и активности [2].

Усвоение знаний, умений и навыков, развитие здоровой мотивации и активного образа жизни способствуют повышению культуры здоровья у студентов. Для решения этой проблемы необходимо тщательно разрабатывать индивидуальные и коллективные программы улучшения здоровья студентов. Эти программы должны быть адаптированы к психическому и физическому развитию каждого студента.

Так, для эффективной организации физкультуры и физического воспитания студентов в вузе нужно решить следующие задачи:

- улучшить знания студентов о своем будущем при условии наличия в нем спорта;
- заинтересовать студентов на занятиях;
- развить организаторские навыки студентов;
- организовать активный досуг для студентов;
- наладить здоровый образ жизни как норму для студентов;
- повысить уровень знаний в области физической культуры и оздоровительных технологий;
- обеспечить равные возможности для физического воспитания студентов;
- сформировать положительный образ здорового образа жизни у студентов, бороться с вредными привычками.

Все эти меры направлены на предотвращение распространения вредных привычек среди молодежи и на формирование здоровой культуры среди студентов. Внедрение в образовательную практику различных видов физкультурно-массовых мероприятий способствует расширению коммуникативного опыта студентов. Этот опыт используется для принятия решений, согласования действий и предотвращения конфликтов. Улучшение группового взаимодействия студентов также связано с эффективным управлением процессом межличностной коммуникации на массовых физкультурных мероприятиях. Это помогает оптимизировать отношения и улучшить психическое состояние студентов, а также выполнять задачи адаптации и социализации.

С точки зрения Г. В. Ханевской, массовые физкультурно-спортивные мероприятия, проводимые под руководством преподавателей, создают лучшие условия для студентов, чтобы они могли получить необходимый психолого-педагогический опыт и научиться работать в коллективе. Различные формы физической культуры и виды спорта помогают формированию важных социальных навыков личности студентов, которые проявляются в решении групповых задач. Взаимодействие и общение между студентами во время физкультурно-спортивной деятельности зависят от конкретных физических упражнений (включая соревнования), которые используются для достижения целей, мотивации и выполнения действий [4].

Используя оптимальные методы педагогического управления, можно добиться нужного эффекта. Одобрение, поддержка и воспитание ответственности за выполнение заданий в группе являются самыми продуктивными. Важную роль играет лидер студенческого коллектива –

формальный или неформальный. Главный мотив студентов при занятиях физкультурно-массовыми видами работы – это положительные эмоции и стремление к победе. Когда студенты так настроены, они легко преодолевают негативные эмоции и сосредотачиваются на положительных действиях, помощи партнерам и их поддержке.

Таким образом можно резюмировать, что физкультурно-массовая работа эффективно влияет на воспитание студентов. Участие в совместной физкультурно-спортивной деятельности, направленной на укрепление студенческого коллектива, не только улучшает взаимодействие и общение, но также эффективно развивает физическую подготовку студентов и способствует их профессиональному росту.

Для того, чтобы студенты активно занимались физической культурой, очень важно, чтобы они получали удовольствие от этих занятий. Здоровые мероприятия должны приносить функциональное удовольствие от выполнения. Когда физические упражнения постоянно повторяются с увеличением нагрузок, они становятся все больше важной потребностью для студентов, особенно если они приятны для них.

Все более актуальной становится проблема развития спортивного мировоззрения у студентов в условиях современного образования. Педагогические и психологические практики, направленные на развитие этого аспекта, играют важную роль в формировании здорового образа жизни и активного физического развития учеников.

Одной из ключевых педагогических практик, направленных на развитие спортивного мировоззрения, является предоставление студентам информации о различных видах спорта и их особенностях, о достижениях спортсменов и благоприятных последствиях занятий спортом. Это позволяет студентам ознакомиться с разнообразием спортивных возможностей и выбрать наиболее интересующую их область для активных занятий.

Психологические практики также имеют важное значение в формировании спортивного мировоззрения студентов. Одной из таких практик является развитие спортивной мотивации и самодисциплины. Психологическое сопровождение студентов в процессе занятий спортом помогает им научиться управлять своими эмоциями, развивать уверенность в себе и находить внутреннюю мотивацию для достижения спортивных целей.

Сложно представить процесс развития спортивного мировоззрения без популяризации и продвижения здорового образа жизни и активного физического развития. Организация спортивных событий, физкультурных мероприятий и соревнований стимулирует студентов к участию и поощряет их спортивные достижения. Однако важно принимать во внимание, что развитие спортивного мировоззрения студентов, как системный процесс, требует комплексного подхода, включающего как педагогические, так и психологические практики. Это позволит формировать готовность к активному участию в спортивных практиках, укреплять здоровье и развивать важные качества, такие как сотрудничество, лидерство и ответственность, самодисциплина, контроль и рефлексия индивидуальной мотивации.

В заключение необходимо отметить, что психологический и педагогический контекст играют ключевую роль в реализации физической культуры. Понимание и использование этих особенностей

позволяет эффективно разрабатывать и применять методы и подходы для стимулирования студентов к активному участию в физической деятельности.

Дальнейшее развитие сферы требует углубления и расширения психологических и педагогических практик. Необходимо проводить дополнительные исследования, направленные на изучение эффективности различных методов и подходов, а также на определение индивидуальных особенностей студентов, которые могут влиять на их мотивацию и участие в спортивной жизни.

Развитие психологически стабильной и социализированной личности является одной из главных целей в образовательном процессе. Физическая культура играет важную роль в достижении этой цели, так как она не только способствует физическому здоровью, но и формирует у студентов такие качества, как ответственность, целеустремленность, самодисциплина и умение работать в команде. Понимание и использование психологического и педагогического контекста в реализации физической культуры имеет огромное значение для формирования здоровой и гармонично развитой личности. Развитие этих практик и проведение соответствующих исследований позволят усовершенствовать методы обучения и воспитания, способствуя формированию психологически стабильных и социализированных студентов.

Список литературы

1. **Губанов, Э. В.** Психолого-педагогические аспекты физической культуры и спорта / Э. В. Губанов. – Текст : электронный // Наука-2020. – 2020. – № 6(42). – С. 86–89. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-aspekty-fizicheskoy-kultury-i-sporta> (дата обращения: 01.11.2022).
2. **Калугина, А. В.** Психолого-педагогические аспекты воспитания в сфере физической культуры и спорта у студентов высших учебных заведений / А. В. Калугина, Л. А. Шальков. – Текст : электронный // Студенческий научный форум – 2023 : материалы XV Междунар. студенческой науч. конф., Москва, 15 окт. 2022 – 15 марта 2023 г. / Российская Академия Естествознания. – Москва, 2023. – ISBN 978-5-6046635-8-5. – URL: <https://scienceforum.ru/2023/article/2018033607> (дата обращения: 01.11.2023).
3. **Колькина, Е. А.** Психолого-педагогические аспекты физического воспитания студентов современного вуза / Е. А. Колькина, Е. Г. Фоменко, Г. А. Новоселова. – Текст : электронный // Педагогический журнал. – 2019. – Т. 9, № 3А. – С. 11–16. – URL: <http://www.publishing-vak.ru/file/archive-pedagogy-2019-3/1-kolkina-fomenko-novoselova.pdf> (дата обращения: 01.11.2023).
4. **Ханевская, Г. В.** Психолого-педагогические аспекты физического воспитания студенческой молодежи / Г. В. Ханевская. – Текст : электронный // Акмеология профессионального образования : материалы 14-й Всерос. науч.-практ. конф., г. Екатеринбург, 14–15 марта 2018 г. / [ред.: О. Б. Акимова, Н. К. Чапаев]. – Екатеринбург, 2018. – ISBN 978-5-8295-0561-5. – С. 167–171. – URL: <https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789.pdf> (дата обращения: 01.11.2023).

**Vasetskay N. V.,
Kostrykin V. Ya.**

Features of the implementation of physical culture: psychological and pedagogical context

This article discusses the features of the implementation of physical culture in a psychological and pedagogical context. The influence of psychological factors on the activity of students in physical activities and the importance of pedagogical practices for the development of a psychologically stable and socialized personality are investigated. The analysis of these aspects makes it possible to develop more effective methods and approaches in teaching physical culture in higher education.

Key words: *physical culture, motivation, pedagogical methods, actualization, psychology of sports.*

Драгнев Юрий Владимирович,
канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедры теории и методики
физического воспитания
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
dragnev@bk.ru

Промежуточные результаты работы научной школы Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга» за первое полугодие 2023–2024 гг.

В статье рассматриваются промежуточные результаты работы научной школы Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга» за первое полугодие 2023–2024 гг. Указываются публикации руководителя научной школы и ее участников. Научная школа создана с целью поддержки студенческих научных кружков, в которых студенты, магистранты, аспиранты активно занимаются научно-исследовательской работой, а также принимают участие в научно-исследовательских мероприятиях. Научная школа выступает инструментом развития науки, а также средством подготовки научных и педагогических кадров, реализующих и развивающих спортивно-педагогическую направленность армрестлинга. Основной целью научной школы является создание новых научных знаний в подготовке специалистов в системе многоуровневого образования средствами армрестлинга, а также развитие образовательного потенциала и преемственности поколений в области педагогических и других наук.

Ключевые слова: научная школа, армрестлинг, теория, практика.

В Луганской Народной Республике в составе России основными единицами научной деятельности в ЛГПУ являются научные сообщества, которые генерируют новые знания с целью их передачи и использования знаний в области физической культуры и спорта. Одним из таких научных сообществ является научная школа Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга». Актуальность работы данной научной школы определяется вкладом участников в развитие как спортивной, так и педагогической науки.

23 апреля 2021 года открыта научная школа «Теория и практика армрестлинга», которая была утверждена приказом ректора университета 23.04.2021 №196 – ОД и действует согласно Положению о научных школах университета. Данная научная школа призвана изучать и разрабатывать инновационные научные концепции и теории, направленные на формирование новых научных знаний об армрестлинге в России и ЛНР.

Следует указать, что решением различных проблем профессиональной подготовки студентов к будущей профессиональной деятельности в области физической культуры, спорта и армрестлинга занимались такие ученые, как Ю. Драгнев [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10], А. Черноштан [16; 17] и др. Большое внимание развитию армрестлинга в России в своих научных исследованиях уделяли внимание такие ученые: А. В. Антонов, А. В. Воронков,

М. Д. Васильев, Ю. П. Гладких, И. А. Матюшенко, И. Н. Никулин, А. В. Посохов и др. [11; 12; 13; 14; 15].

6 сентября 2023 года в рамках работы научной школы «Теория и практика армрестлинга» в Институте физического воспитания и спорта ЛГПУ состоялся методологический семинар «Методологические подходы в научных исследованиях в армрестлинге: системный, личностный, технологический, синергетический, деятельностный». Проводил методологический семинар канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физического воспитания Ю. В. Драгнев. На семинаре присутствовали директор Института физического воспитания и спорта А. Г. Черноштан, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания Е. В. Богданова, студенты отделения СПС «Армрестлинг» и члены научной школы. Организатором мероприятия выступила кафедра теории и методики физического воспитания Института физического воспитания и спорта. На мероприятии присутствовали студенты Института физического воспитания и спорта.

В рамках работы семинара были рассмотрены вопросы:

1. Обзор методологических основ диссертаций (на примере кандидатских и докторских диссертаций по армрестлингу).

2. Обзор научных статей на сайте Федерации Армрестлинга России в научных журналах, входящих в ВАК, РИНЦ, СКОПУС, опубликованных И. Н. Никулиным, Ю. В. Драгневым.

3. Обзор учебных изданий по армрестлингу в Российской Государственной библиотеке.

4. Методологические подходы в педагогике: антропологический, системный, личностный, технологический, синергетический, деятельностный подходы.



Фото 1. Постер методологического семинара «Методологические подходы в научных исследованиях в армрестлинге: системный, личностный, технологический, синергетический, деятельностный и др.»



Фото 2. В ходе работы методологического семинара «Методологические подходы в научных исследованиях в армрестлинге: системный, личностный, технологический, синергетический, деятельностный и др.»



Фото 3. В ходе работы методологического семинара «Методологические подходы в научных исследованиях в армрестлинге: системный, личностный, технологический, синергетический, деятельностный и др.»

По окончании семинара студенты получили сертификаты участников методологического семинара.



Фото 4. Вручение сертификатов участников методологического семинара «Методологические подходы в научных исследованиях в армрестлинге: системный, личностный, технологический, синергетический, деятельностный и др.»



Фото 5. Вручение сертификатов участников методологического семинара «Методологические подходы в научных исследованиях в армрестлинге: системный, личностный, технологический, синергетический, деятельностный и др.»

1 ноября 2023 года на образовательном портале для взрослых и детей «Дом знания» была опубликована научная статья кандидата педагогических наук, доцента кафедры теории и методики физического воспитания Института физического воспитания и спорта Юрия Драгнева «Международный спортивный комитет БРИКС: перспективы развития регионального отделения общероссийской общественной организации «Федерация Армрестлинга России» – «Федерация армрестлинга Луганской Народной Республики». Данная статья посвящена рассмотрению перспектив развития армрестлинга Луганской Народной Республики в международном спортивном комитете БРИКС в современных условиях развития спорта в России.



Фото 6. Свидетельство опубликованной статьи на образовательном портале для взрослых и детей «Дом знания»



Фото 7. Вручение свидетельства опубликованной статьи на образовательном портале для взрослых и детей «Дом знания»



Фото 8. Сертификат опубликованной статьи в рецензируемом научно-методическом и теоретическом журнале «Социосфера»

24 ноября в Белгородском государственном национальном исследовательском университете состоялась Международная научно-практическая конференция «Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта».

В рамках конференции была предусмотрена работа шести секций, в которых приняли участие 192 ученых из таких вузов: Белгородский государственный национальный исследовательский университет (НИУ «БелГУ»); Приднестровский государственный университет им. Т. Г. Шевченко (Тирасполь, Приднестровско-Молдавская республика); Западно-Казахстанский инновационно-технологический университет (Казахстан, Западно-Казахстанская область, г. Уральск); Западно-Казахстанский университет им. М. Утемисова (Казахстан, Западно-Казахстанская область, г. Уральск); Приштинский университет (Республика Сербия, г. Лепосавич).

От Института физического воспитания и спорта ФГБОУ «ЛГПУ» в рамках научной школы Юрия Драгнева «Теория и практика армрестлинга» в конференции приняли участие три студента и один преподаватель: Герасименко Андрей Олегович, Столяров Леонид Юрьевич, Разиньков Егор Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физического воспитания Драгнев Юрий Владимирович. По итогам проведения участникам были высланы сертификаты, программа и сборник конференции. Сборник конференции будет размещен в РИНЦ (Российский индекс научного цитирования) в электронной библиотеке (eLIBRARY.RU). Каждый участник получит возможность повысить свой H-index (индекс Хирша), а также быть в информационно-аналитической системе Science Index для анализа публикационной активности и цитируемости как автор.



Фото 9. Вручение сертификатов участников международной научно-практической конференции «Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта». Белгородский государственный национальный исследовательский университет (НИУ «БелГУ»)



Фото 10. Сертификаты участников международной научно-практической конференции «Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта». Белгородский государственный национальный исследовательский университет (НИУ «БелГУ»)



Фото 11. Сертификаты участников международной научно-практической конференции «Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта». Белгородский государственный национальный исследовательский университет (НИУ «БелГУ»)

8 декабря вышла научная статья Морозова Сергея на тему «Духовно-нравственные ценности и их роль в жизнедеятельности студентов высшей школы в процессе занятий армрестлингом» в Вестнике Луганского государственного педагогического университета (Сер. 2, Физическое воспитание и спорт. № 2(104).

Морозов Сергей является членом научной школы Юрия Драгнева «Теория и практика армрестлинга», преподавателем кафедры теории и методики физического воспитания ИФВС (Ровеньковский факультет).



Фото 12. Морозова Виктория и Морозов Сергей

18 декабря студенты научной школы «Теория и практика армрестлинга» Герасименко Андрей (1 курс, ФК НВП), Столяров Леонид (1 курс, ФК НВП), Герасименко Андрей (2 курс, ФК ФО) разместили материалы своих научных исследований на образовательном портале для взрослых и детей «Дом знания» и получили свидетельства.

Научный руководитель: кандидат педагогических наук, доцент Юрий Драгнев.



Фото 13. Вручение свидетельств размещения материалов научных исследований на образовательном портале для взрослых и детей «Дом знания»



Фото 14. Свидетельства размещения материалов научных исследований на образовательном портале для взрослых и детей «Дом знания»

28 декабря опубликована научная статья Юрия Драгнева, кандидата педагогических наук, доцента кафедры теории и методики физического воспитания Института физического воспитания и спорта «Современное состояние развития армрестлинга в Луганской Народной Республике» в рецензируемом научно-методическом и теоретическом журнале «Социосфера» (Импакт-фактор в Global Impact Factor (Австралия) за 2019 г. – 1,881; Импакт-фактор в РИНЦ (Россия) за 2019 г. – 0,075). Данная статья посвящена рассмотрению современного состояния развития армрестлинга в Луганской Народной Республике. В статье указано, что в ЛГПУ продолжает свою работу научная школа Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга». Министерством Просвещения Российской Федерации была запрошена информация о научной школе «Теория и практика армрестлинга» для ее утверждения среди научных школ России.

В статье рассмотрены научные мероприятия в научной школе «Теория и практика армрестлинга» в 2023–2024 гг.:

1. Методологические подходы в научных исследованиях в армрестлинге: системный, личностный, технологический, синергетический, деятельностный и др.
2. Антидопинг.
3. Методы и принципы в научных исследованиях по армрестлингу.
4. Организация судейства и проведения соревнований по армрестлингу.
5. Теоретические основы в научных исследованиях в армрестлинге: анализ диссертаций, монографий, книг, учебных пособий по армрестлингу.
6. Особенности работы спортивных секций по армрестлингу в общеобразовательных учреждениях и высших учебных заведениях.
7. Средства восстановления в армрестлинге.
8. Методика обучения физическим упражнениям в армрестлинге.
9. Написание кандидатской диссертации по армрестлингу.
10. Написание кандидатской диссертации по армрестлингу.
11. Национальная библиографическая база данных научного цитирования: РИНЦ.
12. Scopus и другие наукометрические базы данных.
13. Развитие армрестлинга в ЛНР.

14. Сочетание технических приемов борьбы с физическими упражнениями в армрестлинге.

15. Практика судейства за столом по армрестлингу.

В статье приведены документы аккредитации регионального отделения Федерации Армрестлинга Луганской Народной Республики; показана хронология создания регионального отделения Общероссийской общественной организации «Федерация армрестлинга России» – «Федерация армрестлинга Луганской Народной Республики», а также продолжение работы научной школы Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга».



Фото 15. Вручение сертификата опубликованной статьи в рецензируемом научно-методическом и теоретическом журнале «Социосфера»



Фото 16. Сертификат опубликованной статьи в рецензируемом научно-методическом и теоретическом журнале «Социосфера»

В целом, результаты работы научной школы Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга» за первое полугодие 2023–2024 гг. являются достаточными для продолжения данной научной деятельности в Институте физического воспитания и спорта.

Список литературы

1. Драгнев, Ю. В. Методика фізичної підготовки учнівської молоді. Ч. 1. Армспорт : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Ю. В. Драгнев ; Держ. закл. «Луганський нац. ун-т ім. Тараса Шевченка». – Луганськ : Вид-во ЛНУ ім. Тараса Шевченка, 2010. – 428 с. – ISBN 978-966-617-252-8.
2. Драгнев, Ю. В. Организация учебно-тренировочного процесса в секции «Армрестлинг» в Луганском национальном университете имени Владимира Даля / Ю. В. Драгнев // Vědecký časopis Aktuální pedagogika. – 2019. – № 3. – С. 40–44.

3. **Драгнев, Ю. В.** Психологическая готовность армспортсменов к поединкам: развитие концентрации внимания / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко. Сер. 1, Пед. науки. Образование. – 2020. – № 1(3). – С. 22–26.
4. **Драгнев, Ю. В.** Научная школа Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга»: концептуальные основы / Ю. В. Драгнев // Социосфера. – 2021. – № 4. – С. 70–74.
5. **Драгнев, Ю. В.** Дидактические принципы спортивной тренировки в армспорте / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского государственного педагогического университета. Сер. 2, Физ. воспитание и спорт. – 2021. – № 1(60). – С. 13–18.
6. **Драгнев, Ю. В.** Тактическая подготовка в армрестлинге / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского государственного педагогического университета. Сер. 2, Физ. воспитание и спорт. – 2021. – № 4(73). – С. 62–70.
7. **Драгнев, Ю. В.** Средства восстановления армспортсменов после соревновательного поединка и соревнований / Ю. В. Драгнев // Социосфера. – 2022. – № 1. – С. 89–94.
8. **Драгнев, Ю. В.** Повышение уровня спортивных достижений студенческой молодежи в армспорте: рациональное питание / Ю. В. Драгнев // Инновации и современные педагогические технологии в системе образования : материалы XII Междунар. науч.-практ. конф. (г. Прага, 20–21 февр. 2022 г.) / Науч.-исслед. центр «Социосфера-Чехия». – Прага, 2022. – ISBN 978-80-7526-566-1. – С. 15–17.
9. **Драгнев, Ю. В.** Достижения научной школы Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга» в 2021–2022 гг. / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского государственного педагогического университета. Сер. 2, Физ. воспитание и спорт. – 2022. – № 2(81). – С. 10–19.
10. **Драгнев, Ю. В.** Использование принципа цикличности процесса подготовки армспортсменов в армрестлинге при организации работы спортивной секции «Армрестлинг» в общеобразовательной школе во внеклассной работе со старшеклассниками / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского национального университета имени Владимира Даля. – 2022. – № 8(62). – С. 23–27.
11. **Модельные характеристики силовых показателей** отдельных мышечных групп армрестлеров различной квалификации / И. А. Матюшенко, И. Н. Никулин, А. В. Антонов, Э. И. Никулин // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 8. – С. 19–21.
12. **Особенности проявления специальной пиковой силы** у начинающих армрестлеров различной массы тела / И. А. Матюшенко, И. Н. Никулин, А. В. Посохов, Ю. П. Гладких // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 3. – С. 17–19.
13. **Силовые способности в армрестлинге:** основные тенденции, оценка, особенности проявления : монография / И. Н. Никулин, И. А. Матюшенко, А. В. Посохов, А. В. Воронков. – Москва : Советский спорт, 2022. – 121 с. – ISBN 978-5-00129-305-7.
14. **Сравнительная характеристика показателей** специальной силовой подготовленности армрестлеров различных весовых категорий и уровня спортивного мастерства / И. Н. Никулин, И. А. Матюшенко, А. В. Антонов,

- А. В. Посохов // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 5. – С. 9–11.
15. **Успешность выступления национальных команд** на чемпионатах Европы по армрестлингу / И. Н. Никулин, А. В. Посохов, А. В. Воронков, М. Д. Васильев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 7. – С. 78–81.
16. **Чорноштан, А. Г.** Исследование критериев сформированности готовности к профессиональной деятельности будущих специалистов по физической культуре / А. Г. Чорноштан, М. С. Щербак // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко. Сер. 2, Физ. воспитание и спорт. – 2016. – № 1(2). – С. 17–24.
17. **Чорноштан, А. Г.** Теоретические основы рейтингового оценивания спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по физическому воспитанию в условиях кредитно-модульной системы обучения / А. Г. Чорноштан // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко. Сер. 2, Физ. воспитание и спорт. – 2018. – № 1(18). – С. 34–40.

Dragnev Yu. V.

Interim results of the Yu. V. Dragnev scientific school «Theory and practice of arm wrestling» for the first half of 2023–2024

The article discusses the interim results of the work of the Yu.V. Dragnev scientific school "Theory and practice of arm wrestling" for the first half of 2023–2024. The publications of the head of the scientific school and its participants are indicated. The scientific school was established to support student scientific circles, in which students, undergraduates, and postgraduates are actively engaged in research work, as well as participate in research events. The scientific school acts as a tool for the development of science, as well as a means of training scientific and pedagogical personnel who implement and develop the sports and pedagogical orientation of arm wrestling. The main goal of the scientific school is to create new scientific knowledge in the training of specialists in the multi-level education system by means of arm wrestling, as well as the development of educational potential and generational continuity in the field of pedagogical and other sciences.

Key words: scientific school, arm wrestling, theory, practice.

Ерёменко Игорь Владимирович,
ст. преподаватель кафедры
олимпийского и профессионального спорта
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
yeromenko90@yandex.ru

Бочеров Александр Сергеевич,
учитель физической культуры
ГУ ЛНР «ЛУВК „Интеллект“»,
специалист 1-ой категории
alexanderbo4erov@yandex.ru

Принципы управления процессом совершенствования технического мастерства футболистов

В статье детально рассмотрены принципы регулируемого взаимодействия, соответствия, компенсации, ведущих факторов и ритма, направленного сопряжения и, соответственно, их роль в совершенствовании технического мастерства футболистов.

Ключевые слова: *спортивная тренировка, техническое мастерство, совершенствование, принципы управления, тренировочный процесс.*

В спортивной тренировке, как и в педагогическом процессе, действуют общие закономерности воспитания и обучения. Поэтому педагог-тренер при построении тренировочного процесса в первую очередь ориентируется на общепедагогические, в том числе дидактические, принципы.

Однако в спортивной тренировке имеются свои, специфические, закономерности. Они находят отражение в специфических принципах спортивной тренировки [2].

Принцип регулируемого взаимодействия. Принцип регулируемого взаимодействия как педагогический принцип управления тренировочным процессом имеет глубокие методологические корни в основных положениях материалистической диалектики: всеобщей связи и обусловленности явлений в природе и обществе.

По существу, это главный принцип, лежащий в основе управления процессом совершенствования спортивного мастерства. Решение вопросов оптимизации взаимодействия множества переменных факторов и обуславливает тренирующий эффект.

В педагогическом плане основу взаимодействия составляют причинно-следственные взаимосвязи между средствами и методами, а в соответствии с этим – между отдельными двигательными качествами, качествами и навыками и т. д.

Особенно следует отметить взаимодействие первой и второй сигнальных систем в процессе формирования двигательных навыков и становления технического мастерства. На основе этого взаимодействия педагогу

приходится формировать у футболистов механизмы (высшего порядка) эффективного сознательного управления своими действиями хорошо заученными и автоматизированными движениями.

Можно различать две формы взаимодействия, построенные на противоположных (отрицательных) и содружественных (положительных) тенденциях. Эти формы находят свое отражение во многих явлениях и процессах, лежащих в основе педагогического процесса и двигательной деятельности спортсмена.

Так, например, отношения между двигательными качествами могут быть антагонистическими настолько, что станут задерживать развитие друг друга: чрезмерное развитие выносливости задерживает развитие скорости движений, чрезмерное развитие силы отрицательно сказывается на выносливости, быстроте движений и на формировании нужной технической установки. Однако между этими качествами может быть найдена та мера соотношения их раздельного развития, которая будет способствовать высокому уровню их комплексного развития. В результате оптимального взаимодействия двигательных качеств вырабатывается комплексное качество – «силовая выносливость», «скоростно-силовые» качества.

Принцип соответствия. Принцип соответствия – один из основных принципов управления тренировочным процессом. Формы его проявления крайне многообразны и охватывают широкий фронт деятельности педагога.

Так, в определении конечного задаваемого состояния надо придерживаться принципа соответствия и строить двигательную модель, которая могла бы обеспечить достижение поставленной спортивной цели с учетом индивидуальных особенностей спортсмена.

Средства, методы и нагрузки должны подбираться, исходя из требований соответственного пропорционального развития двигательных качеств, необходимых в определенной спортивной специализации.

Вместе с тем, упражнения, применяемые для развития специализированных качеств, должны соответствовать не только режиму основной двигательной деятельности, но и двигательным параметрам, характеризующим структуру технических действий, т. е. специальные упражнения должны соответствовать биомеханическим и анатомо-физиологическим особенностям развиваемых усилий в основной фазе спортивных действий. Таким образом, специальные упражнения должны представлять собой элементарную структурно-функциональную модель основной фазы двигательного акта.

Принцип соответствия имеет важное значение и в реакции организма на тренирующее воздействие. Решающим здесь является не только характер воздействия (специфичность), но и сила воздействия, которая зависит от величины самого воздействия и от функционального состояния организма.

Причем для эффективного управления и подбора соответствующего по силе тренировочного воздействия (раздражителя) необходимо учитывать как текущее функциональное состояние организма, так и уровень тренированности спортсмена.

Принцип компенсации. В жизни животных и человека принцип компенсации играет важную биологическую роль. На основе его действия, которое базируется на антагонизме и полярности вегетативной регуляции,

согласно устраняются нарушения жизненно необходимых параметров и восстанавливается физиологическое равновесие [3].

В двигательной деятельности футболистов принцип компенсации также имеет большое значение. Прежде всего, он получил отражение в компенсаторном регулировании случайных отклонений двигательных параметров элементов целостной системы движений и в реагировании целостной системы на изменение ее деталей. Обе эти формы способствуют саморегуляции системы для поддержания стабильности ее функционирования.

Первая форма возможна при наличии малых отклонений, обеспечивающих взаимокompенсаторный эффект в рамках отдельных звеньев структур движений.

Вторая форма соответствует, как правило, более значительным отклонениям, которые не могут быть целиком компенсированы в пределах одного звена – структурной подсистемы – и способны вызвать снижение эффективности действия в целом. В таких случаях технические «потери» должны компенсироваться приложением добавочных усилий. Поэтому с целью повышения устойчивости и надежности действий необходимо развитие компенсаторного запаса соответствующих двигательных качеств.

Здесь принцип компенсации проявляется как специфическая форма содружественного взаимодействия двигательных навыков и качеств. Подобную содружественную форму компенсации можно найти во взаимодействии особенностей физической подготовки спортсмена с вариантами индивидуальной техники движений, в особенностях индивидуального соотношения развития двигательных качеств, в выборе тактических действий и т. д.

Принцип ведущих факторов и ритма. В двигательной деятельности спортсмена принцип ведущего фактора играет значительную роль. Его действие проявляется в различной форме, охватывая все стороны спортивной подготовки.

Так, в физической подготовке футболистов этот принцип проявляется в ведущем значении отдельных двигательных качеств. Для бегуна на длинные дистанции ведущим качеством будет выносливость, для штангиста – сила. В развитии комплекса качеств также можно выделить ведущее качество: быстрота – в скоростно-силовой подготовке спринтера; сила – в скоростно-силовой подготовке метателя молота. Определяющим здесь является режим двигательной активности, преобладающее развитие того или иного двигательного качества в комплексе качеств [1].

Принцип ведущего фактора имеет отношение и к методам развития двигательных качеств. Ведущие показатели их развития играют важную роль при определении двигательного потенциала в специальном виде двигательной деятельности. Они находят свое выражение, как это было показано в скоростно-силовых видах спорта, в определении «базовых» показателей скоростно-силового развития опорно-двигательного аппарата футболистов [5].

В процессе выполнения упражнения роль ведущего звена усиливается специальными акцентами двигательной активности, характерной для построения эффективного ритма движения. Это вполне согласуется с тем, что ритм упражнения в целом во многом определяется величиной и характером

переключений координационных структур, быстротой и динамикой усилий в различных частях движений [2].

В практике управления тренировочным процессом действие принципа ведущих факторов и ритма выражается в циклическом чередовании тренировочных нагрузок с отдыхом – как в микро-, так и в макроинтервалах времени. При этом ритм не может оставаться постоянным на всех этапах тренировки, он должен меняться в соответствии с задачами, величиной нагрузки, изменением реактивности организма (в связи с ростом тренированности и развитием спортивной формы, а также в связи с особенностью протекания восстановительных процессов).

Принцип направленного сопряжения. Принцип сопряжения обуславливается внутренним единством организма, единством структурно-функциональной организации действий, ведущую роль в которой играет центральная нервная система. Этот замкнутый кольцевой характер управления и регулирования делает невозможным изолированное протекание процессов или действий. На локальное изменение состояния отдельных составляющих системы в большей или меньшей степени реагируют все компоненты системы в целом.

В процессе овладения теми или иными движениями происходит формирование соответствующего динамического стереотипа корковой деятельности как функциональной системы управления конкретными двигательными актами. Эта системная деятельность коры синтезирует функции ряда систем организма и обуславливает их сопряженную, согласованную работу при осуществлении движений [4].

Поэтому любая деятельность человека, любые конкретные действия вызывают в организме определенные приспособительные реакции, а при повторении – специфические перестройки всего организма с изменением качественных особенностей двигательной деятельности. При этом устанавливаются новые количественные отношения между ними в рамках структурно оформленных технических действий.

Отсюда любое упражнение, направленное на развитие одного двигательного качества, вызывает какие-то сдвиги в уровне развития других качеств и, формируя определенные количественные взаимоотношения между ними, вырабатывает навыки эффективного их использования.

Этот неразрывный сопряженный процесс в деятельности и в развитии организма существует как объективная закономерность. Но одно дело признать ее, а другое – познать механизмы оптимального ее действия с тем, чтобы разработать конкретные пути направленной реализации сопряженного эффекта в целях повышения качества управления процессом совершенствования спортивно-технического мастерства.

Одна из важнейших методических форм реализации принципа направленного сопряжения в педагогическом процессе связана с проблемой сочетанного развития специальных двигательных качеств и специфических технических навыков.

Надо сказать, что принцип направленного сопряжения в тренировочном процессе не сразу получил всеобщее признание. Более того, вначале за этим принципом (названным нами ранее методом сопряженных воздействий) не признавалось право на существование. Однако по мере накопления данных

исследований и практического опыта принцип сопряжения стал привлекать к себе все большее внимание научных и практических работников спорта.

Таким образом, главной проблемой второй, расчлененной, формы сопряженного совершенствования технико-физической подготовки становится проблема отбора специальных упражнений, адекватных задачам технической подготовки. В таких упражнениях развитие физических качеств (во главе с ведущим качеством) следует осуществлять в соответствии с теми структурно-функциональными условиями, в которых эти качества должны проявляться в целостном спортивном упражнении. Иначе говоря, благодаря четкому сопряженному совершенствованию двигательной функции должны осуществляться не только нужные морфологические и функциональные перестройки, обуславливающие особенности развития двигательных качеств, но и формирование специальных механизмов межмышечной координации, соответствующих требованиям моделируемой части двигательного акта.

По существу, процесс отбора таких упражнений имеет все черты структурно-функционального моделирования основных фаз целостного двигательного акта с возможно большей степенью подобия пространственных, силовых и временных характеристик.

Поэтому при отборе специальных упражнений нужно исходить, прежде всего, из структурно-динамического и анатомио-физиологического их соответствия специализируемому упражнению.

В результате правильного подбора специальных упражнений их применение должно обеспечить строго направленное развитие комплекса двигательных качеств при условии одновременного формирования технических навыков, способствующих совершенствованию техники специализируемого упражнения.

Это структурно-функциональное соответствие создает благоприятные условия для осуществления сопряженного процесса совершенствования двух сторон двигательной деятельности: совершенствования внутренней (динамической) структуры и установления наиболее целесообразной количественной и качественной взаимосвязи между внутренней и внешней структурой технических навыков.

Следует отметить, что это весьма сложный процесс. Дело в том, что между специальными упражнениями ни по двигательным характеристикам, ни по механизму управления не может быть полного тождества, говорящего о полном моделировании каких-то фаз движения.

Поэтому для повышения эффективности упражнений технико-физического сопряжения необходимо придерживаться следующих методических положений:

а) применяя специальные упражнения, сосредоточивать внимание на максимально точном их техническом выполнении при заданном режиме движения;

б) четко себе представлять значение выполняемого упражнения и его связь с технической структурой целостно двигательного акта;

в) варьировать условия выполнения упражнений, изменяя двигательные характеристики с целью разностороннего решения проблемы соответствия; например, варьировать различные по весу отягощения или чередовать динамические и изометрические упражнения;

г) сочетать расчлененный метод сопряженного совершенствования технических элементов с выполнением целостного двигательного акта в сопряженном варианте и в обычных условиях.

В связи со сказанным представляется целесообразным рассмотреть результаты экспериментальных исследований некоторых форм реализации принципа направленного сопряжения в различных (по режиму и условиям двигательной деятельности) видах спорта.

Список литературы

1. **Верхошанский, Ю. В.** Программирование и организация тренировочного процесса / Ю. В. Верхошанский. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
2. **Гордон, С. М.** Спортивная тренировка : науч.-метод. пособие / С. М. Гордон. – Москва : Физическая культура, 2008. – 256 с. – ISBN 978-5-9746-0084-5.
3. **Иноземцева, Е. С.** Познавательные психические процессы в физическом воспитании и спорте / Е. С. Иноземцева. – Томск : ТГУ, 2012. – 75 с.
4. **Кривенцов, Л. Л.** Основы моделирования подготовленности спортсменов : учеб. пособие / Л. Л. Кривенцов. – Алма-Ата : КазИФК, 1990. – 88 с.
5. **Попов, А. Л.** Спортивная психология : учеб. пособие для физкультурных вузов / А. Л. Попов. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2013. – 159 с. – ISBN 978-5-9765-1608-3.

**Yeromenko I. V.,
Bocherov A. S.**

Principles of managing the process of improving the technical skills of athletes

The article examines in detail the principles of regulated interaction, compliance, compensation, leading factors and rhythm, directional coupling and, accordingly, their role in improving the technical skills of athletes.

Key words: *sports training, technical skills, improvement, management principles, training process.*

Завадич Валентина Николаевна,
канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедры теории и методики
физического воспитания
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
zavadyhh@mail.ru

Значение подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста

В данной статье дается анализ влияния подвижных игр на развитие детей дошкольного возраста. Подвижные игры способствуют физическому, когнитивному и эмоциональному развитию ребенка, а также предоставляют возможность для социального взаимодействия и активного освоения мира. Игра является неотъемлемой частью жизни детей дошкольного возраста. В игре дети приобретают навыки, необходимые для полноценной жизни.

Ключевые слова: физическое развитие, двигательный навык, физические качества, дошкольники, подвижная игра.

В создание теории игры значительный вклад внесли ведущие русские педагоги и психологи. Вопросы теории и методики игры разрабатывались Д. Б. Элькониным, А. А. Леонтьевым, А. В. Запорожцем, Н. Н. Поддьяковым и др.

В разработке содержания, организации и методики подвижных игр важную роль сыграли работы Л. В. Артамоновой, А. И. Быковой, М. М. Конторович, Л. И. Михайловой, Т. И. Осокиной, Е. А. Тимофеевой и др.

Методика проведения подвижных игр нашла свое отражение в работах многих ученых, что свидетельствует о важности данной проблемы в развитии детей дошкольного возраста. Эти работы существенно дополнили и обогатили методику проведения подвижных игр в дошкольном учреждении.

Опыт Н. Г. Кожевниковой; И. П. Васюковой и многих других исследователей показал влияние игрового сюжета на всестороннее развитие ребенка. Обязательным условием успешного проведения подвижных игр является учет индивидуальных особенностей каждого дошкольника [6].

Поведение детей в игре во многом зависит от имеющихся двигательных навыков, типологических особенностей нервной системы. Физическое развитие является одним из ключевых аспектов детского развития, и подвижные игры играют здесь важную роль. Они помогают развивать у детей моторику, координацию движений, гибкость и выносливость. Игры, требующие бега, прыжков, ползания и лазания помогают развить силу, гибкость и выносливость мышц, что способствует укреплению физического здоровья ребенка. Кроме того, такие игры содействуют правильному формированию осанки и координации движений.

Подвижные игры также имеют большое значение для эмоционального развития дошкольников. Во время физической активности дети испытывают радость и удовлетворение, что помогает им улучшать настроение и развивать позитивный взгляд на мир. Они могут бегать, прыгать, ползать, перепрыгивать

через препятствия, карабкаться и многое другое – все это улучшает общую физическую подготовленность.

На игровой площадке дети имеют возможность развивать моторику и укреплять свое тело. Игры на качелях, горках и спортивных снарядах тренируют мышцы рук, ног и туловища, а также улучшают координацию движений. Бревенчатый мостик, канаты и турники помогают укрепить мышцы верхней части тела и развивают общую физическую выносливость.

Игра на открытых пространствах, таких как площадки или поля, также способствует развитию координации и равновесия у детей. Они могут перебрасывать друг другу мяч, прыгать через скакалки, играть в подвижные игры, которые требуют быстрых и точных движений. Это способствует развитию мелкой моторики, а также укреплению мышц ног и тела [5].

Игра в командных играх учит работать в коллективе, учит уважению к другим, развивает чувство сопереживания и эмпатии. При этом дети могут выражать свои эмоции и чувства через физические движения и игровые ситуации, что позволяет им находить пути для эмоционального самовыражения.

Когнитивное развитие также активно стимулируется подвижными играми. Во время игры дети концентрируют внимание, память. У них развиваются логическое мышление и способность принимать решения. Многие игры требуют от них решения задач, постановки целей и планирования действий. В результате дети развиваются интеллектуально, учатся решать простые и сложные задачи и развивают свои когнитивные способности [1].

Подвижные игры являются отличной возможностью для социального взаимодействия ребенка с окружающим миром. Они помогают детям учиться, общаться друг с другом, устанавливать контакты, развивать навыки коммуникации и делиться игрушками. Дети могут учиться взаимодействовать с другими участниками игры, учитывать чужие интересы и находить компромиссы.

Таким образом, подвижные игры значительно способствуют развитию дошкольников. Они помогают развивать физическое здоровье, эмоциональную сферу, когнитивные способности и социальные навыки. Поэтому стоит придавать большое значение организации подвижных игр в дошкольных учреждениях и в семейной среде, чтобы поддерживать все аспекты развития наших детей.

Игры могут быть самыми разнообразными. Некоторые из них (спортивные) требуют силы и выносливости, например, футбол, баскетбол или волейбол, где нужно бегать, прыгать, становиться на пути мяча и выбивать его. Другие игры способствуют развитию гибкости и пластики тела. Есть также игры, развивающие ловкость и моторику пальцев, например, настольный теннис или бадминтон [3].

Особенностью подвижных игр является их динамичность. Они помогают поддерживать сердечно-сосудистую систему в хорошей форме, увеличивая частоту сердечных сокращений и улучшая кровообращение. Активные движения, такие как бег, прыжки увеличивают выработку эндорфинов гормонов радости и улучшают эмоциональное состояние играющих.

Подвижные игры оказывают положительное влияние не только на физическое, но и на психическое развитие. Они способствуют формированию

смелости, решительности, выносливости и самоконтроля. При игре в команде дети учатся работать друг с другом, совершенствовать коммуникативные навыки, принимать решения в условиях неопределенности и развивать такие важные качества, как созидательность и ответственность.

В современном мире, где активизация физической деятельности детей является актуальной задачей, подвижные игры занимают особое место в физическом воспитании. Они помогают бороться с проблемами ожирения, увеличивают двигательную активность, а также способствуют формированию здорового образа жизни и развитию мотивации заниматься спортом.

Таким образом, подвижная игра является важным средством физического воспитания, способным развивать физические, психические и социальные качества участников. Она стимулирует двигательную активность, способствует сбалансированному развитию организма и налаживает основы для здорового образа жизни в будущем [4].

Игры являются важной частью нашей культуры и имеют множество различных форм и вариантов. Подвижные игры можно классифицировать на основе разных критериев, таких как количество участников, цель игры, тип поля и использование игрового инвентаря. Необходимо отметить, что все подвижные игры имеют свою собственную ценность и направлены на развитие физических качеств, коммуникации и сотрудничества. Они не только доставляют удовольствие, но и способствуют улучшению физического и эмоционального состояния участников.

Подвижные игры являются важной составляющей процесса обучения детей. Игра – это не только способ активного отдыха, но и мощный инструмент развития физических и психических способностей, социализации, укрепления здоровья и формирования навыков командной работы.

Методика обучения подвижным играм должна включать в себя разнообразные упражнения, учитывающие и развивающие различные физические и психические качества. Игры, направленные на развитие гибкости, силы, выносливости, быстроты и координации движений должны быть комбинированы с тренировкой тактических навыков и умений концентрации внимания. Важно уделять внимание индивидуальным особенностям каждого участника, создавать условия для его самореализации и развития личностных качеств [2].

Таким образом, очень важна роль игры в развитии детей дошкольного возраста. Она помогает не только развивать двигательные навыки, координацию и гибкость, но и развивать социальные и когнитивные навыки. Регулярная физическая активность через игровую деятельность необходима для полноценного развития детей и повышения их физической подготовленности.

Подвижная игра является неотъемлемой частью физического воспитания и одним из наиболее эффективных методов развития физических качеств и улучшения здоровья. Эта игра позволяет детям и взрослым активно двигаться, развивая свои физические возможности, укрепляя мышцы и суставы, улучшая координацию движений и равновесие.

Организация и методика обучения подвижным играм представляют собой сложный и многогранный процесс, требующий грамотной планировки и структурирования. При правильном подходе подвижные игры становятся

не только эффективным способом развития физических и психических качеств, но и ярким, увлекательным мероприятием, приносящем радость и удовлетворение участникам.

Список литературы

1. **Вільчковський, Е. С.** Організація рухового режиму дітей 5–7 років у закладах освіти : навч.-метод. посібник / Э. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко. – Запорожье : Диво, 2006. – 228 с.
2. **Детскиенародныеподвижныеигры/сост.:** А. В. Кенеман, Т. И. Осокина. – 2-е изд., дораб. – Москва : Просвещение : ВЛАДОС, 1995. – 222, [1] с.
3. **Интеграция познавательной и двигательной деятельности** в системе обучения и воспитания школьников : метод. пособие для учителей нач. школы и физ. культуры, студентов и родителей / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелов, Н. А. Фролова, М. И. Горбенко. – Москва : Орияны, 2001. – 152 с.
4. **Круцевич, Т. Ю.** Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания : спец. 24.00.02 «Физ. культура, физ. воспитание разных групп населения» : дис. на соиск. учен. степ. д-ра наук по физ. воспитанию и спорту / Круцевич Татьяна Юрьевна ; Национальный ун-т физ. воспитания и спорта Украины. – Киев, 2000. – 455 с.
5. **Степаненкова, Э. Я.** Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова. – Москва : Академия, 2001. – 368 с. – ISBN 5-7695-0352-1.
6. **Тимофеева, Е. А.** Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста / Е. А. Тимофеева. – Москва : Просвещение, 1979. – 96 с.

Zavadich V. N.

The importance of outdoor games in the development of preschool children

This article provides an analysis of the impact of mobile games on the development of preschool children. Mobile games contribute to the physical, emotional and cognitive development of the child, as well as provide an opportunity for social interaction and active development of the world. The game is an integral part of the life of preschool children. In the game, children acquire the skills necessary for a full life.

Key words: *physical development; motor skill; physical qualities; preschoolers; moving play.*

Крайнюк Ольга Поликарповна,
канд. пед. наук, доцент
кафедры спортивных дисциплин
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
krayol54@rambler.ru

Загной Татьяна Владимировна,
доцент кафедры
спортивных дисциплин
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
tetianka_z@mail.ru

Вариативность как педагогическое условие внеурочной деятельности при подготовке к выполнению норм комплекса ГТО школьниками

Вариативность как педагогическое условие – это качество образовательной системы, характеризующее ее способность создавать и предоставлять учащимся варианты образовательных программ в соответствии с их изменяющимися образовательными потребностями, возможностями, условиями.

Ключевые слова: *спортивный стиль, плавание, организация, прикладной навык, обязательные занятия.*

В жизни мы постоянно сталкиваемся с выбором и решениями, которые делаем исходя из доступных нам вариантов. Вариативность в процессе физической подготовки помогает нам принимать лучшие решения в двигательной деятельности. Благодаря наличию различных вариантов для выбора, мы можем оценить все возможности и выбрать наилучшее решение возникающих проблем.

Под внеурочной деятельностью в школе понимают самые разнообразные дополнительные занятия и внеклассные мероприятия, которые проводятся как на территории школы, так и за её пределами. Школьные спортивные секции, кружки, классные часы и всё, чем занимаются учащиеся помимо основных уроков, относится к внеурочной деятельности. С введением новых Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) школьники, их родители и учителя столкнулись с множеством нововведений, касающихся, в том числе, и внеурочной деятельности в школе. Таким образом, внеурочная деятельность стала важной частью образовательной программы. Однако формы и содержание внеурочной деятельности определяет сама образовательная организация с учётом своих возможностей и интересов учеников. В этом и заключается ключевое отличие внеурочной деятельности от дополнительного образования.

Цель внеурочной деятельности – не просто организация досуга школьников, а достижение планируемых результатов – личностных и

метапредметных. В физическом воспитании школьников внеурочная деятельность имеет специфические задачи:

- вовлечение школьников в двигательную деятельность, организованную с учётом индивидуальных и возрастных особенностей;
- закрепление ЗУН (знаний, умений и навыков), полученных на уроках по физической культуре;
- выявление и развитие двигательных способностей учащихся;
- создание условий для самостоятельных регулярных занятий спортом и формирование культуры безопасного и здорового образа жизни;
- прикладные способности – применять полученные ЗУН в жизнедеятельности.

С переходом на ФГОС третьего поколения внеурочной деятельности отводится важная роль в реализации образовательных и воспитательных программ. В программу внеурочной деятельности были внесены некоторые изменения. Внеурочная деятельность школьников, согласно новым ФГОС, является частью образовательной программы. Основная цель для учащихся – освоение образовательной программы, поэтому внеурочная деятельность всё же является обязательной и совсем отказаться от неё не получится. Однако объем и содержание внеурочной деятельности определяются с учётом пожеланий родителей и самих школьников. Единственная уважительная причина для отказа от внеурочных занятий – посещение ребёнком кружков и секций в учреждениях дополнительного образования.

В новых образовательных стандартах направления внеурочной деятельности не уточняются: образовательные организации вправе сами определять их в соответствии с методическими рекомендациями, примерной программой внеурочной деятельности и пожеланиями родителей учеников. Традиционно внеурочная деятельность организуется в соответствии с пятью направлениями развития личности: общеинтеллектуальным, общекультурным, социальным, спортивно-оздоровительным и духовно-нравственным. В рамках этих направлений школьникам доступны разные виды внеурочной деятельности, в том числе спортивно-оздоровительная.

Согласно новым ФГОС, в Федеральной рабочей программе по физической культуре, которая внедряется поэтапно, подготовка к выполнению испытаний (тестов) Комплекса ГТО заложена в модуле «Спорт». Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО осуществляется с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта, оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр и других средств ФВ. Учащиеся должны поэтапно, согласно принципам преемственности и возрастной адекватности физкультурного образования, демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и успехи в выполнении нормативных требований комплекса ГТО [5].

Значение и смысл термина «вариативность в процессе подготовки к выполнению норм Комплекса ГТО» обуславливает новые взаимоотношения между образовательным учреждением, педагогом и социумом в современном физкультурном образовании. В первую очередь, это означает многообразие новых подходов, разнообразных педагогических моделей физической подготовки в образовании. И, по сути своей, они дифференцируются по отношению к тому, ради кого они существуют, то есть по отношению

к подрастающему поколению. Последовательно проведенная стратегия вариативности позволяет в значительной мере снять психологические барьеры, максимально дифференцировать и индивидуализировать процесс обучения технике выполнения развивающих физических упражнений, адаптировать их к особенностям учащихся [6].

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (Комплекс ГТО) – полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации. Начинается Комплекс ГТО с подготовки к выполнению и непосредственного выполнения с 6 лет установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (Комплекс ГТО) [4].

Комплекс ГТО отражает потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации [1].

В своей социально-ценностной ориентации Комплекс ГТО сохраняет исторически сложившееся предназначение средств физической подготовки подрастающего поколения к предстоящей жизнедеятельности, укрепления здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Комплекс ГТО обеспечивает вариативность общего физкультурного образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся образовательных учреждений к выполнению нормативов «Президентских состязаний», «Президентских спортивных игр», «Спартианских игр» и др.

В настоящее время, особенно в регионах с повышенной опасностью для жизни, необходимо формировать у подрастающего поколения убеждения и взгляды, отражающие интересы государства и общества, нравственные нормы и правила общечеловеческой морали, чувство долга и чести, порядочности и осознанной потребности в занятиях физической культурой и спортом. Паспорт программы «Развитие физической культуры и массового спорта», принятой Правительством РФ в 2021 г., в качестве одной из задач, решающей такую проблему, ставит поэтапное внедрение ВФСК «ГТО» в процесс физического воспитания населения всех возрастных категорий [3].

Нормативно-тестирующая часть Комплекса ГТО предусматривает государственные требования к уровню физической подготовленности населения, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, на основании выполнения нормативов, тестов и рекомендаций к недельной двигательной активности. Виды тестов подразделяются на обязательные и по выбору. Обязательные тесты определяют уровни развития скоростных возможностей человека, выносливости, силы и гибкости. Тесты по выбору направлены на определение уровня развития скоростно-силовых возможностей, координационных способностей и уровня овладения прикладными навыками. Рекомендации к недельному двигательному режиму предусматривают минимальный объем различных видов двигательной деятельности, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению

нормативов Комплекса ГТО, развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья [1; 4].

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения здоровья школьников, оптимизации их будущей трудовой деятельности и организации активного отдыха. Такая цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая вариативность Комплекса ГТО определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся учеников и является основой укрепления их здоровья, повышения надежности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

В целях усиления мотивационной составляющей Комплекса ГТО, придавая ей личностно значимый смысл, содержание возрастных ступеней представляется системой вариативных испытаний и тестов. Испытания включают в себя проявление базовых физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, скоростно-силовых качеств и прикладных умений и навыков: в плавании, стрельбе и туризме. Такие испытания (тесты) в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Содержание Комплекса ГТО, достижение личностных и метапредметных результатов учащихся при подготовке к выполнению тестов обеспечивается непрерывностью, преемственностью с одновременным разнообразием методик и технологий обучения – вариативностью в освоении физических упражнений и развитии двигательных качеств. Физическая подготовка учащихся к выполнению нормативов комплекса ГТО осуществляется с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры.

Цель данной статьи: определить вариативность как оптимальное педагогическое условие успешного приобретения навыка в плавании в процессе внеурочной деятельности для выполнения норматива Комплекса ГТО школьниками.

Для достижения цели были определены следующие задачи исследования: 1) проанализировать модуль «Плавание» в содержании Федеральной рабочей программы по физической культуре; 2) определить требования Комплекса ГТО по плаванию; 3) систематизировать варианты технологий обучения спортивному стилю плавания школьников; 4) составить модель вариативной методики обучения плаванию школьников для выполнения нормативов ГТО.

Требования Федеральной рабочей программы по физической культуре предполагают к выпуску из школы приобретение следующих навыков: старт прыжком с тумбочки; повороты; проплывание учебных дистанций кролем на груди и на спине. А также требуется:

- соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;
- выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием.

При подготовке к выполнению нормативов Комплекса ГТО по плаванию невозможно решение всех этих задач в рамках обязательных уроков. Логично выводить процесс обучения прикладным навыкам, требующим специальной материально-технической базы на занятия внеклассной формы. В плавании таким спортооружением могут быть: бассейн 25/50 м или открытый водоём. Но при этом необходимо соблюдать все ключевые принципы процесса физического воспитания, особенно правила техники безопасности школьников. В первую очередь следует познакомить педагогов, родителей и учащихся с организацией процесса внеклассной деятельности на воде, которая должна соответствовать следующим аспектам:

1. Соответствие занятий возрасту и интересам учащихся.
2. Воспитательная направленность занятий.
3. Занятия должен проводить педагог, имеющий соответствующую квалификацию.
4. Школа должна заключить соответствующий договор с руководством бассейна и несёт полноценную ответственность за здоровье и жизнь занимающихся учеников.
5. Максимальная внеурочная нагрузка по нормам СанПиН не должна превышать 10 академических часов в неделю для всех школьников независимо от возраста.
6. Занятия могут проводиться как в течение учебной недели, так и в выходные, праздничные дни и в период каникул.
7. Продолжительность внеурочного занятия регламентируется приказом учебного заведения. Как правило, продолжительность одного занятия для обучения спортивному стилю плавания достаточна: для обучающихся начальной школы 25–35 минут, для обучающихся основной школы – 40–45 минут и не более 60 мин для обучающихся старшей школы.
8. Наполняемость групп при проведении занятий в бассейне не более 15 человек.
9. Вводное занятие посвящается тщательному изучению инструкции по ТБ в бассейне.

Обобщение и систематизация методик обучения плаванию по полифункциональным признакам позволила создать модель вариативной методики для подготовки к выполнению нормативов Комплекса ГТО. Использовались теоретические методы исследования, в том числе анализ научных источников, методы аналогии и сопоставления, синтез и обобщение; а также экспериментальное педагогическое наблюдение.

К признакам вариативности мы отнесли следующие: технические особенности спортивных стилей плавания; совместные занятия плаванием с родителями; создание мобильного приложения по методике обучения

плаванию; индивидуализация процесса обучения плаванию; выделение в процессе обучения опорного звена техники плавания; применение комплекса упражнений сухого плавания; уменьшение размеров бассейна на начальном этапе обучения, усложнение заданий на дистанции, преодоление трудностей во время проплывания отрезков др.

В целях определения эффективности вариативной методики процесса обучения плаванию был проведен педагогический эксперимент с группой школьников. Всего в эксперименте приняли участие 30 респондентов. Испытуемые были распределены на 2 подгруппы. В течение одного семестра обе подгруппы обучались технике плавания спортивного стиля (кроль на груди). I подгруппа (гр. Э – 15 учащихся, из них 7 девочек и 8 мальчиков) обучалась по вариативной методике, включающей вариативные условия тренировок и средства развития физических качеств: выносливости, быстроты и скоростной выносливости. II подгруппа (гр. К – 15 учащихся, из них 4 девочки и 11 мальчиков) обучалась по традиционной методике обучения технике спортивного плавания (кроль на груди).

Следующим этапом данного исследования было программирование учебно-тренировочного процесса подготовки к выполнению нормативов Комплекса ГТО среди школьников. Важным условием рационального программирования тренировочного процесса явилось разнообразие (вариативность) занятий. Это предусматривало чередование нагрузок, отдельных микроциклов различной избирательной направленности, неодинаковых по объему и интенсивности. Была поставлена следующая цель: использовать условия вариативности в процессе формирования навыка в плавании. Также вариативность наблюдалась в применении различных видов тренировочной нагрузки, зависящих от возраста учащихся. Так, после серии напряженных тренировок использовались разгрузочные, а также восстановительные микроциклы. Они предусматривали повышение и снижение объема и интенсивности применяемых средств, изменение характера упражнений. Снижение тренировочной нагрузки и переключение на другой характер мышечной деятельности имеют определенный физиологический смысл. Он состоит в том, что упражнения малой интенсивности способствуют оптимизации восстановительных процессов, обеспечивают более эффективную ликвидацию местного и общего утомления: усиливают кровообращение в мышцах, тканевый обмен, лучше используются малые нагрузки иной энергетической направленности.

По результатам эксперимента были получены следующие результаты. В группе I (гр. Э) все школьники выполнили норматив Комплекса ГТО по плаванию (50 м) выше, чем уровень золотого знака отличия (0:49 мин и 1:00 мин). В подгруппе II (гр. К) выявился разрыв в выполнении участниками норматива по плаванию. 5 участников эксперимента выполнили норматив на золотой знак отличия (33,3%); 3 (20%) участника – на серебряный знак и 7 (46,7%) участников выполнили на бронзовый знак отличия Комплекса ГТО.

Полученные результаты эксперимента свидетельствуют о том, что вариативность применения средств и условий учебно-тренировочного процесса при подготовке к выполнению норматива Комплекса ГТО по плаванию являются актуальным педагогическим условием. Для дальнейшего

развития процесса подготовки к выполнению нормативов Комплекса ГТО нужно вести постоянный поиск новых подходов в организации учебно-тренировочного процесса подготовки к выполнению норм Комплекса ГТО с учетом возраста, уровня подготовленности, факторов восприятия информации и формирования физических качеств.

Перспективами в исследовании педагогических условий при подготовке к выполнению нормативов Комплекса ГТО является моделирование новых методик формирования прикладных навыков и развития основных физических качеств школьников в процессе внеурочной деятельности.

Список литературы

1. **Крайнюк, О. П.** Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы среди учащихся : учеб. пособие / О. П. Крайнюк ; ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ». – Луганск : Книта, 2022. – 200 с.
2. **Об утверждении** государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» и отдельных положений некоторых актов Правительства РФ (с изменениями и дополнениями) : Постановление Правительства РФ № 1661 от 30 сент. 2021 г. – Текст : электронный // Гарант: информационно-правовое обеспечение : [сайт]. – URL: <https://base.garant.ru/402891691/?ysclid=lqkjxqlw706392496> (дата обращения: 25.12.2023).
3. **Паспорт государственной программы РФ** «Развитие физической культуры и спорта» : утв. решением Председателя Правительства РФ М. В. Мишустина № ММ-44-19192 от 23 дек. 2021 г. – Текст : электронный // Законы, кодексы и нормативно-правовые акты Российской Федерации : [сайт]. – URL: <https://legalacts.ru/doc/pasport-gosudarstvennoi-programmy-kompleksnoi-programmy-rossiiskoi-federatsii-razvitie-fizicheskoi/>?ysclid (дата обращения: 25.12.2023).
4. **Положение** о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) : (утв. постановлением Правительства РФ № 540 от 11 июня 2014 г.). – Текст : электронный // Гарант: информационно-правовое обеспечение : [сайт]. – URL: <https://base.garant.ru/70675222/?ysclid=lqkj8ly59c946908286> (дата обращения: 25.12.2023).
5. **Федеральная рабочая программа** основного общего образования «Физическая культура» : (для 5–9 классов образоват. орг.) / ФГБНУ «Институт развития стратегии образования». – Москва : [Б. и.], 2023. – 248 с.
6. **Шарипова, Д. Я.** Понятие «Вариативное образование» как педагогическая проблема / Д. Я. Шарипова, М. Д. Атаева. – Текст : электронный // Вестник Педагогического университета. – 2018. – № 3(104). – С. 11–18. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-variativnoe-obrazovanie-kak-pedagogicheskaya-problema?ysclid=lqnd7igmd3455129905> (дата обращения: 27.12.2023).

**Krayunuk O. P.,
Zagnoy T. V.**

**Variability as a professional condition of extracurricular activities during
preparation for implementation of the standards
of the TRP Complex schoolchildren**

Variability as a professional condition of the educational system that characterizes its ability to create and to provide for pupils various options of educational programs in accordance with their changing educational needs and capabilities.

Key words: *sports style, swimming, organization, applied skill, compulsory classes.*

Крещук Елена Петровна,
ст. преподаватель кафедры
спортивных дисциплин
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
ekreshchuk@mail.ru

Загной Татьяна Владимировна,
доцент кафедры
спортивных дисциплин
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
tetianka_z@mail.ru

Деловая игра как форма активного обучения специалистов в области физической культуры

В статье рассмотрены сущность и психолого-педагогические основы применения деловой игры на занятиях физической культурой для повышения успешности обучения. Представлены различные варианты деловых игр.

Ключевые слова: деловая игра, физическая культура, высшее образование, эффективное обучение.

Анализ практики физического воспитания в школе позволяет выделить три группы затруднений, с которыми чаще всего сталкиваются учителя физической культуры. Прежде всего, это диагностические затруднения. Учителя не владеют методикой изучения индивидуальных особенностей школьников и отношений, складывающихся в учебном процессе, методикой определения уровня физической подготовленности учащихся; не умеют анализировать результаты своей педагогической деятельности.

Вторая группа – организационно-обучающие затруднения. У многих учителей, особенно молодых, возникают затруднения в рациональной организации урока согласно логике последовательного решения учебно-воспитательных задач, в построении урока как целостного завершенного занятия, которое обеспечивает изучение основ знаний, усвоение и развитие двигательных умений, развитие и совершенствование физических качеств; в развитии у школьников самостоятельных умений и навыков; в обеспечении активной деятельности всех учащихся; в продумывании индивидуальных и групповых заданий по тактической подготовке.

Третья группа затруднений связана именно с неумением обобщать свой собственный педагогический опыт и творчески использовать опыт коллег. Поэтому в условиях преобразования школьного дела особое значение приобретает обобщение и распространение опыта учителей, умело владеющих современной методикой. Курсы повышения квалификации должны помочь педагогам научиться анализировать результаты своего труда, овладеть эффективными методами преподавания, включиться в творческий поиск.

Чтобы курсы повышения квалификации решали поставленные задачи, целесообразно проводить на занятиях деловые игры. В связи с этим в данной

статье мы предлагаем три вида игр: диагностические, организационно-обучающие и по обобщению и развитию передового опыта [1; 4].

Диагностическую игру лучше всего организовать в начале работы курсов, поскольку с ее помощью можно значительно облегчить адаптацию слушателей (в короткие сроки познакомить слушателей друг с другом и с преподавателями, сплотить первичный коллектив, создать положительный эмоциональный климат, стимулирующий межличностные отношения и деловое общение); дать слушателям первичные навыки игрового поведения, снять ранговые и возрастные барьеры; создать положительную установку на повышение квалификации и повысить мотивацию последующего обучения, ибо организаторы курсов часто сталкиваются с негативной установкой на проводимые занятия, что значительно снижает эффективность курсовой подготовки.

Каждый участник диагностической игры имеет возможность проверить себя, скорректировать самооценку с оценкой коллег. Кроме того, если человек четко представляет свои сильные и слабые стороны как специалиста, обучение становится значительно легче, эффективнее, приобретает целенаправленность. В игре такая переоценка своей личности чаще всего проходит безболезненно, не унижая человеческое достоинство.

Таким образом, создается интерес к предстоящему теоретическому курсу. Целесообразность использования диагностической игры в начале обучения продиктована еще и тем, что она не требует от участников специальной подготовки.

Рассмотрим один из возможных вариантов диагностической игры «Автопортрет». Наполняемость учебных групп не более 30 человек.

На первом этапе участники на основании собственного опыта и имеющихся представлений коллективно разрабатывают некий идеальный образ школьного учителя физической культуры. Участникам предлагается определенный алгоритм в виде вопросов. Например: «Какими личностными чертами должен обладать учитель физической культуры?», «Какими особенностями характеризуется стиль общения и манера поведения?» и др. В ходе беседы называют такие важные качества «идеала», как организационные и коммуникативные способности, чувство юмора; умение вселять уверенность в свои возможности, создавать здоровые отношения; отличное знание детской и подростковой психологии и т. п.

На втором этапе участникам предлагают тест, цель которого – выявить стиль общения с учениками, стратегию поведения в конфликтных ситуациях и пр.

Каждый участник получает карточку, в которой изложена педагогическая ситуация и дан набор возможных решений. Не более чем за 30 сек. надо выбрать один из ответов, кажущийся наиболее подходящим, и сделать пометку в карточке. Затем карточку возвращают организатору, а участник получает следующую. Количество карточек – не менее 5, заполнение анонимное. Часть карточек можно сориентировать на выявление аналитических умений учителя.

Варианты карточек деловых игр:

Карточка 1. Идет урок физической культуры. На крыше соседнего здания вы увидели учащихся класса, освобожденных от занятий.

Ваши действия:

1. Оставляю класс на физорга и иду снимать прогульщиков с крыши.
2. Кричу в окно, чтобы немедленно слезли.
3. Посылаю дежурного снять провинившихся с крыши.
4. Делаю вид, что ничего не заметил.
5. Отправляю дежурного за заместителем директора школы по учебно-воспитательной работе.
6. Звоню в милицию.
7. Обращаю внимание класса на «местных альпинистов».
8. Собираю свободных учителей и устраиваю «облаву».

Карточка 2. Трое школьников явились на урок без спортивной формы.

Ваши действия:

1. Не допущу до занятий.
2. Поставлю двойки.
3. Отправлю за формой.
4. Заставлю заниматься.
5. Предложу найти себе занятие в зале.
6. Запишу замечание в дневник.
7. Разрешу по возможности участвовать в уроке.
8. Постараюсь чем-нибудь занять (дам книгу, попрошу отремонтировать спортивный снаряд и т. п.).
9. Попрошу встать на страховку к снаряду или помочь в судействе.
10. Изолирую в раздевалке.

Карточка 3. Вы пришли на урок физической культуры к своему коллеге. Какие из перечисленных показателей, характеризующих эффективность учебно-воспитательного процесса, вы будете анализировать в числе ведущих:

1. Деятельность учащихся на уроке.
2. Соответствие квалификации учителя современным требованиям к качеству обучения и воспитания.
3. Внешний вид учащихся и их отношение к уроку.
4. Эмоциональный настрой урока.
5. Соответствие учебно-материальной базы современной методике обучения.
6. Использование на уроке активных методов обучения и их соотнесение с поставленными целями.
7. Реально достигнутые результаты и соответствие их педагогическим целям.
8. Уровень физической подготовленности учащихся.
9. Индивидуальный и дифференцированный подход к учащимся.
10. Плотность урока.

Карточка 4. После очередной неудачной попытки «покорить» снаряд, вызвавшей смех окружающих, Наташа С. отказалась выполнять упражнение.

Ваши действия:

1. Одерну смеющихся.
2. Предложу выполнить более простое упражнение на снаряде.
3. Удаю ученицу с занятия.
4. Прибегну к юмору, чтобы снять конфликт.
5. Сменю снаряд для всех учащихся.

6. Поставлю двойку и продолжу занятие с другими.

7. Переведу класс на другой снаряд, а сам помогу ученице овладеть упражнением.

8. Объясню еще раз технику выполнения упражнения, продемонстрирую его в замедленном темпе и заставлю учащуюся попробовать выполнить упражнение еще раз.

9. Постараюсь убедить: не получилось сегодня, получится завтра.

10. Попрошу кого-нибудь из учащихся позаниматься с Наташей отдельно и продолжу урок с остальными.

На третьем этапе игры участники разбивают на небольшие группы (по 5–7 человек) и проводят анализ тестирования. Эксперт читает заполненные карточки, а каждая группа соотносит выбранные решения с «идеальным портретом» и выстраивает некую шкалу профессиональной ценности тестируемого.

Такое коллективное обсуждение помогает каждому увидеть свои находки и ошибки, посмотреть на себя со стороны, услышать оценку своих действий коллегами, скорректировать самооценку и самоподготовку.

Диагностическая игра подобного типа таит в себе определенные трудности, о которых надо подумать заранее.

Малознакомым или вообще незнакомым людям чаще всего бывает трудно сразу включиться в игровое состояние. Это требует определенных навыков у играющих и специальных умений у организаторов игры. Скованность, боязнь выглядеть плохо приводит к тому, что участники либо не включаются в игру, либо надевают на себя маску скептика, шута, пытаются пародировать персонажи. В таких случаях мы предлагаем провести очень короткий игровой тренинг-разминку в течение 10–15 мин. В качестве разминки рекомендуем провести, например, такие игровые упражнения, как «Интервью», «Оправдание позы», «Эмпатия».

«Интервью». Участникам без всякой подготовки предлагают провести интервью. Два-три человека становятся опрашиваемыми. Задавать вопросы можно лично от себя, от имени какого-либо персонажа, хорошо всем известного, либо взяв на себя определенную роль (корреспондент журнала, газеты, диктор или ведущий телепередачи – реальной или придуманной, поклонник и т. п.). На интервью с одним человеком отводят не более 5 мин. Затем опрашивают следующего.

«Оправдание позы». Это актерское упражнение, которое поможет снять напряжение и скованность. Участников разбивают на пары. По очереди каждая пара демонстрирует свои режиссерские и актерские способности: режиссер ставит своего напарника в любую позу, ничего ему не объясняя; актер, находясь в позе, оправдывает ее, т. е. объясняет, что означает поза или что он делает в данной позе. После этого режиссер объявляет всем, что он задумал. Чтобы создать игровое настроение, достаточно нескольких пар.

«Эмпатия» – умение чувствовать за другого. Упражнение всегда вызывает оживление и удивление в любой аудитории. Для игры ведущий приглашает двух желающих и предлагает им настроиться друг на друга. Затем играющие встают спиной друг к другу и по сигналу ведущего медленно расходятся в разные стороны с тем, чтобы попытаться одновременно оглянуться. Как правило, это получается.

После такой разминки включение в игру проходит значительно легче.

Диагностическая игра сложна своей рефлексией: всегда легче увидеть чужие недостатки, чем свои. Поэтому при разборе могут возникнуть ситуации, когда все дружно начинают критиковать и воспитывать одного. Чтобы избежать этого, мы и предлагаем анонимные карточки.

В диагностической игре конфликты, возникающие между участниками, желательно сглаживать. В ходе игры следует предусмотреть систему оценивания деятельности участников. Она должна охватывать все этапы игры: анализ педагогической ситуации, выбор решения, коллективную работу по составлению «идеального образа», выработку и принятие обобщенного решения, рефлексию. Это дает возможность организатору получить первое представление о слушателях, соотнести априорные знания об учителе физической культуры с объективной оценкой личностных качеств и профессиональных способностей конкретных людей.

С помощью диагностической игры можно выявить психолого-педагогическую эрудированность (особенно хорошо она видна при составлении «идеала», в содержании спора, возникающего при обсуждении результатов тестирования), пластичность педагогической позиции, твердость взглядов и убеждений, умение отстаивать свою точку зрения, умение использовать научно-популярную и психолого-педагогическую литературу и нормативные документы, склонность к самостоятельной, исполнительской и творческой деятельности, методическое мастерство, умение работать в коллективе и управлять коллективной работой [1]. Продуманная система оценивания поможет организаторам курсов обнаружить «белые пятна» в знаниях, умениях и способах деятельности слушателей.

Чтобы определить содержание обучающих игр второй ступени в системе деловых игр, следует ориентироваться на потребности слушателей и результаты предварительного диагностирования. Диагностическая игра предваряет теоретический курс, усвоение которого позволит включить в систему курсовой подготовки *организационно-обучающую игру*. Предлагаем один из вариантов такой игры – «День здоровья».

Игра охватывает всех слушателей курса. В первой ее части участники разрабатывают абстрактную программу дней здоровья, защищают свои варианты и конструируют единую общую программу. Во второй части игры на основании общей программы разрабатывают частные варианты проведения дня здоровья применительно к конкретным условиям.

Для проведения игры каждая учебная группа выделяет одного человека в оргкомитет, в обязанности которого входит обеспечение игры (материальное, техническое), подбор необходимой литературы и согласование деятельности групп в ходе игры. По ходу игры эти люди могут выступать в роли «провокаторов».

По желанию играющих внутри учебной группы формируют три игровые группы: заказчики, разработчики, эксперты.

Заказчики, в состав которых могут быть введены представители различных организаций и люди разных специальностей (например, представитель исполкома, райкома комсомола, министр, главврач санэпидстанции, директор спортивной школы и пр.), должны разработать требования к разработчикам.

Получив заказ, разработчики проектируют программу.

Эксперты постоянно в ходе игры подвергают сомнению выдвигаемые идеи и версии. В состав экспертов могут входить разные специалисты, например физиологи, врачи, педагоги, экономисты, психологи, методисты.

Все группы работают одновременно около 2 ч. После завершения работы каждая группа представляет программу на общее обсуждение.

Организатор игры проводит предварительную подготовку «провокаторов» – объясняет задачи и способы работы. Например, если группа работает вяло, «провокатор» может внести определенное эмоциональное напряжение («Да вы что так долго? Соседняя группа уже второй вариант пишет!», «Вашу программу все равно никто не примет: на ней нет визы врача» и т. п.). С помощью «провокаторов» организатор направляет мозговую атаку группы в нужное русло.

Процесс разработки программ в данной игре состоит из трех этапов. При проектировании абстрактной программы праздника разработчики приходят к исходному решению. Промежуточные решения принимают в ходе разработки конкретных программ для выполнения заказа. После заключительного слова экспертов обсуждают и утверждают оптимальные варианты.

Лучшие разработки могут служить исходным материалом для их практического внедрения. В этом видится продуктивная ценность организационно-обучающей игры.

В системе повышения квалификации предусматривают связь курсов подготовки с последующим самообразованием. В межкурсовой период учитель выбирает тему методической работы. На практических занятиях, предусмотренных программой курсов, организуют обмен опытом. Как правило, излагая опыт своей работы, учителя не могут представить его как целостное явление и погружаются в перечень того, что делают. Интерес к такому выступлению падает, в тени формализма нередко тонут ценные мысли и идеи.

Чтобы избежать подобного и не допустить механического перенесения педагогического опыта в практику, мы предлагаем на завершающем этапе курсов провести игру «*Внимание: опыт*». Она направлена на формирование умений изучать, обобщать, внедрять передовой педагогический опыт в практику. В силу того, что любой опыт работы не есть застывшее явление, названная игра предусматривает и дальнейшее его развитие. Как и последующие игры, ее проводят в несколько этапов.

На первом этапе учителя знакомятся с задачами и условиями игры и самостоятельно изучают материалы опыта, которые специально подбирают организаторы. Материалы могут быть поданы в форме статьи, книги, буклета, видео- и звуковой записи, кино- и диафильма. В числе таких материалов желательно иметь и те, которые отражают местный опыт работы. Если курсы организуют не в каникулярное время, то целесообразно провести знакомство слушателей с местным опытом работы в действии посредством системы открытых уроков, секционных занятий и внеклассных мероприятий.

На следующем этапе игры идут обсуждение и оценка опыта, подготовка сообщения о нем экспертами внутри каждой игровой группы. Затем слушателям предлагают разработать программу внедрения и дальнейшего развития опыта в работе конкретной школы.

На совместном заседании всех учебных групп разработанные программы выносятся на всеобщее обсуждение.

Чтобы участники игры смогли проанализировать опыт и дать ему оценку, слушателям можно предложить следующий алгоритм: автор опыта, источник информации об опыте, основные задачи автора опыта, предмет анализа или тема опыта, характеристика условий, в которых формировался данный опыт, основные идеи, описание содержания опыта, эффективность работы, актуальность проблемы, степень новизны, возможность использования и пути совершенствования данного опыта. Предложенный алгоритм помогает в осмыслении собственного опыта и его изложении. В этом опять-таки видится продуктивность деловой игры.

На основании предложенных образцов деловых игр организаторам курсов несложно найти их аналоги, наполнить их другим содержанием. Деятельность слушателей в деловой игре может быть направлена на разработку и защиту определенных типов урока (например, по гимнастике, легкой атлетике, лыжной подготовке), на овладение умениями выбирать средства, формы и методы обучения, на поиск пути дифференцированного подхода к учащимся и др.

Естественно, что при отборе видов деловых игр и тематики игровой деятельности следует исходить из потребностей и интересов слушателей, а также возможностей организаторов курсов.

Список литературы

1. **Абрамова, Г. С.** Деловые игры: теория и организация / Г. С. Абрамова, В. А. Степанович. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 192 с. – ISBN 5-88687-066-0.
2. **Родионов, А. В.** Психология физического воспитания и спорта : учеб. для студентов вузов физкультур. профиля / А. В. Родионов. – Москва : Фонд Мир : Акад. проект, 2004. – 570, [1] с. – ISBN 5-8291-0321-4.
3. **Физическая культура** и физическая подготовка : учебник / И. С. Барчуков, Ю. Н. Назаров, В. Я. Кикоть [и др.] ; под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. – Москва : Советский спорт, 2013. – 431 с. – ISBN 978-5-238-01157-8.
4. **Шаронова, С. А.** Деловые игры : учеб. пособие / С. А. Шаронова. – Москва : Изд-во Рос. ун-та дружбы народов, 2004. – 166 с. – ISBN 5-209-01610-2.

**Kreshchuk E. P.,
Zagnoy T. V.**

Business game as a form of active training of specialists in the field of physical education

The article discusses the essence and psychological and pedagogical foundations of using a business game in physical education classes to increase the success of training. Variants of business game cards are presented.

Key words: *business game, physical education, higher education, effective learning.*

УДК 37.0:796.011.3 (470+571)

Попелухина Светлана Владимировна,
канд. пед. наук, ст. преподаватель
кафедры олимпийского и
профессионального спорта
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
brice1995@mail.ru

Петров Василий Васильевич,
ст. преподаватель
кафедры физической подготовки
Луганского филиала Воронежского института
МВД России

Обзорный анализ развития системы образования в области физической культуры и спорта в СССР

В статье представлен обзор развития системы образования в области физической культуры и спорта в XX веке в СССР. Представлены нормативные документы, принятые в разное время правительством, Коммунистической партией, комсомольской организацией, центральными органами профессиональных союзов, касающиеся развития физической культуры и спорта и сыгравшие важную роль в определенные исторические промежутки времени. Выделены этапы и стадии развития системы образования в области физической культуры и спорта. Установлены факты, оказавшие влияние на становление, развитие и организацию работы системы образования в области физической культуры и спорта в определенные временные этапы. Кратко освещаются события, оказавшие влияние на становление и развитие системы образования в области физической культуры и спорта в СССР на различных этапах восстановления народного хозяйства до начала и после окончания Великой Отечественной войны. Определены перспективы исследования по истории развития системы образования в области физической культуры и спорта на современном этапе.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, обзор, развитие, система образования, СССР.

Научный интерес в современном обществе к здоровому образу жизни, физической культуре и спорту основывается на традициях, заложенных ранее, в том числе в XX в. Одним из наиболее результативных периодов в популяризации и развитии физической культуры и спорта считается период существования Союза Советских Социалистических Республик (СССР), поэтому исследование развития системы образования в области физической культуры и спорта именно в СССР является важным для современной педагогики, занимающейся вопросами физической культуры и спорта.

Период с начала 20-х до 90-х гг., именуемый «советским», условно можно разделить на несколько исторических этапов, неразрывно связанных со становлением и развитием системы образования в области физической культуры и спорта, а также государства и общества в целом.

Опираясь на документы государственного уровня, такие как законы, декреты, положения, решения съездов и т. д., принятые в разное время правительством Советского Союза, Коммунистической партией и комсомолом, касающиеся развития физической культуры и спорта и сыгравшие важную роль на определенных исторических этапах, мы можем представить данный период в виде трех основных этапов.

Первым этапом мы выделяем 1920–1945 гг. – как временной интервал становления системы образования в области физической культуры и спорта на принципах военно-революционной целесообразности.

Основной целью его была подготовка населения молодого государства к труду и защите Родины.

Нижняя граница данного этапа обусловлена учреждением в августе 1920 г. Высшего совета физической культуры (ВСФК), созданного из представителей «Всеобуча», Наркоматов просвещения и здравоохранения, представителей профессиональных союзов, Российского Коммунистического Союза Молодежи (РКСМ), а также спортивно-гимнастического общества. Решением III съезда комсомола принят первый документ: «О милиционной армии и физическом воспитании молодежи», которым определялись цель и основные задачи физического воспитания в государстве. Основная идея была в подготовке молодежи как к трудовой деятельности, так и к защите Родины.

На этом этапе осуществлялся постепенный переход к организации массовых занятий физической культурой и спортом, которые проводились в двух основных направлениях – обязательном и добровольном. К обязательному привлекались все учащиеся общеобразовательных школ, профессионально-технических, средних специальных и высших учебных заведений, личный состав Вооружённых Сил Союза Советских Социалистических Республик (СССР), милиции и некоторых других организаций.

В 1929 г. для согласования и объединения научной, учебной и организационной деятельности различных ведомств и организаций по физическому воспитанию и развитию трудящихся решением ЦК ВКП (б) Высший совет физической культуры был преобразован в Высший совет по физической культуре и спорту (ВСФКиС) – это был единый государственный орган управления всеми делами, связанными с работой по физической культуре и спорту в стране.

В марте 1931 г. ВСФКиС при Центральном исполнительном комитете (ЦИК) СССР утверждает положение и нормы Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) СССР», основное содержание которого было направлено на качественную физическую подготовку миллионов советских людей.

Уникальность системы состояла в относительно малом количестве необходимых специалистов и вовлечении общественных организаций в спортивную жизнь.

Для детей школьного возраста в 1934 г. разрабатывается комплекс «Будь готов к труду и обороне» (БГТО), и учебно-воспитательный процесс по физической культуре становится составной частью внеклассной работы.

В 1934/35 учебном году появляются первые детские спортивные школы (ДСШ), на базе которых большое значение приобретает внешкольная работа. Основу структуры системы образования в области физической культуры

и спорта составляет сочетание государственных и общественных форм управления физкультурно-спортивным движением в стране.

Стремлением молодёжи к занятиям и достижениям в спорте обусловлено создание в 1935–1937 гг. Единой Всесоюзной спортивной классификации (ЕВСК), которая подразделяла спортсменов на III, II, I разряды и спортивные звания: Заслуженный мастер спорта (с 1935 г.) и Мастер спорта СССР (с 1936 г.).

В 1936 г. создается Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта (ВКФКС), на который возлагаются задачи руководства всей физкультурно-спортивной работой в Советском Союзе, в том числе руководство и контроль в области подготовки физкультурных кадров, строительства и использования спортивных сооружений производства и распределения спортивного инвентаря.

В 1941–1945 гг. наблюдается приостановка развития системы образования в области физической культуры и спорта в связи с периодом военного противостояния на территории СССР.

По окончании Великой Отечественной войны одним из первых документов Совета народных комиссаров (СНК) СССР, касающихся восстановления системы образования в области физической культуры и спорта, было постановление от 28 сентября 1945 г. «Об оказании помощи комитетам по делам физической культуры и спорта и улучшении их работы», что предусматривало создание благоприятных условий для подготовки специалистов, требовало освобождения всех спортивных сооружений, занятых под военные нужды, повышения полномочий физкультурных организаций, учреждало должности государственных тренеров [6, с. 15–16]. Этот важный документ нацелил партийные и советские органы на местах на решение многих принципиальных вопросов, связанных с развитием физической культуры и спорта в стране.

Именно с выходом этого документа, касающегося восстановления системы образования в области физической культуры и спорта, мы связываем начало следующего этапа – 1945–1985 гг. – в развитии системы образования в области физической культуры и спорта и определяем его как этап максимальной эффективности системы физической культуры и спорта.

На этом этапе наблюдается максимальный подъем интереса к физической культуре и спорту. В период преодоления кризиса, вызванного послевоенной разрухой, особое внимание уделяется подготовке тренеров и спортсменов.

Выполняя постановление ЦК ВКП (б) от 27 декабря 1948 г., активно ведет свою работу по пропаганде и агитации спорта и физической культуры спортивная печать. Действуют газеты, по радио регулярно транслируются большие спортивные репортажи, утренняя гимнастика, беседы на темы здорового образа жизни и пользы физических упражнений.

В вузах восстанавливаются кафедры физического воспитания и спорта.

В 1951 г. Всесоюзный Комитет по делам физической культуры и спорта издает директиву по вопросу организации и пропаганды физической культуры. Для работы подбираются умелые и активные специалисты. С пропагандистской работой выступают победители соревнований, лучшие спортсмены. В задачу пропаганды входит проведение бесед на производстве, в парках и садах, устройство спортивных вечеров, организация

наглядной агитации – лозунгов, плакатов, показательных выступлений, фотовыставок.

С 1954/1955 учебного года вводится новая программа по физической культуре для начальных, семилетних и средних школ, подготовленная Главным управлением школ Министерства просвещения РСФСР, Институтом физического воспитания и школьной гигиены, Академией педагогических наук РСФСР. Программа предполагает большее внимание спорту, гимнастика и легкая атлетика выделяются в самостоятельные разделы. Уделяется внимание построению режима дня, обязательным физкультминуткам в течение учебного дня и занятиям во внешкольных секциях.

Созданный в 1946 г., ВКФКС претерпевает череду упразднений и восстановлений. К 1959 г. он упраздняется окончательно и образовывается Союз спортивных обществ и организаций СССР (Спортсоюз СССР). Данная структура сопровождается широким привлечением общественности к руководству физической культурой и спортом в стране и повышением роли профессиональных союзов и молодежных организаций.

К 1959 г. страна добивается значительного улучшения работы в области физической культуры и спорта. Построено большое количество спортивных сооружений для занятий физической культурой и спортом, подготовлены многочисленные кадры преподавателей, инструкторов и тренеров по различным видам спорта» [7, с. 5].

В результате принятого Постановления «О мерах по дальнейшему развитию физической культуры и спорта» было усилено внимание к массовой физкультурной и спортивной работе [3].

«...ВЦСПС в СССР, ставший важным инструментом контроля коммунистической партии над системой образования, вышел с предложением к фабричным, заводским и местным комитетам и советам спортивных обществ направлять лучших инструкторов-общественников в вечерние школы тренеров с двухгодичным сроком обучения при физкультурных учебных заведениях для подготовки квалифицированных общественных тренеров по видам спорта...» [7, с. 37].

Пропаганда физической культуры и спорта в данный период была на государственном уровне. Снято большое количество фильмов, написано множество песен и стихов о спорте и спортсменах. С 1967/68 учебного года с целью углубления знаний, развития разносторонних интересов и способностей учащихся в школах, начиная с VII класса, вводятся факультативные занятия по учебным предметам по выбору учащихся, в том числе по физической культуре. Их целью было формирование у учащихся умений и навыков, которыми должны владеть активисты физической культуры и спорта. Школьники привлекались к деятельности в качестве помощников учителя физической культуры, к учебной и внеклассной работе, а также пропаганде идей физического воспитания в семье, повседневном быту.

В 1971 г. в области высшего образования СССР вводится новая Программа, направленная на студентов и преподавателей высших учебных заведений. В задачи программы входило укрепление здоровья и всестороннее развитие физических способностей, а также приобретение двигательных умений и навыков профессионально-прикладной физической подготовленности.

В период с 1971 по 1975 гг. центральной задачей системы физической культуры и спорта становится разработка теоретических, научных, методологических и организационных вопросов массового физкультурного движения. Особое внимание обращается на изучение исторических, педагогических, психологических и биологических аспектов физического воспитания и методики тренировок, в том числе и исследование научных проблем, связанных с подготовкой рекордсменов. Советские спортсмены добились успехов на мировой арене. Страна стала первым социалистическим государством, принявшим олимпийские игры 1980 г.

Анализируя систему физической культуры и спорта, отметим, что к концу 70-х гг. спортивные достижения приобретают идеологическую окраску. В то же время физическая культура стала уступать свои позиции. Начинает происходить условное деление на занимающихся, которые уже достигли определенных высот в спорте и тех, кто поддерживает физическую форму.

Итогом данного этапа были: с одной стороны, колоссальные спортивные результаты советских спортсменов, с другой, недостаточное внимание к физической культуре в обществе. Этот диссонанс привел к тому, что, начиная с 1985 г., разрыв между физической культурой и спортом усиливается и на фоне политико-экономических изменений в стране приводит к кризисным последствиям в данной области.

Признаки социально-экономического кризиса в государстве отражаются на образовательной системе. Физическая культура сохраняет свои функции лишь как средство физического воспитания, целью которого является формирование двигательных навыков (в физических упражнениях) и воспитание физических качеств.

Начавшаяся в 1985 г. перестройка политической и социально-экономической жизни в СССР оборвала дальнейший путь совершенствования массового физкультурно-оздоровительного и спортивного движения в стране. Переведение спортивных клубов и других организаций на полный хозрасчёт и самофинансирование, внедрение системы платных услуг в сфере физической культуры, приватизация и другие нововведения приводят к резкому сокращению количества спортивных клубов, коллективов физической культуры, ДЮСШ.

В новой комплексной программе по физическому воспитанию (1985/86 гг.) особое значение уделяется самостоятельным занятиям школьников как важной дополнительной форме двигательной активности.

Во введенном в действие «Положении» о ДЮСШ, СДЮСШОР и спецклассах указывалось, что принцип преемственности спортивных школ должен обеспечить выполнение конкретных задач, поставленных перед каждым типом школы. Это должно было способствовать развитию массового юношеского спорта, подготовке кандидатов в сборные команды страны, республик, городов, добровольных спортивных обществ и ведомств. Такая организационная структура должна была обеспечить широкое привлечение к регулярным занятиям спортом детей, подростков, юношей и девушек, подготовку всесторонне развитых спортсменов [1].

Экономический кризис конца 80-х гг. в стране приводит к упадку массового спорта. Острый дефицит ресурсов не позволяет обеспечивать достойного содержания стадионов и дворцов спорта. Недостаток финансирования остро

ощущается и в спорте высоких достижений. Сокращаются возможности для занятий популярными видами спорта. 1985–1991 гг. можно назвать периодом стагнации в физической культуре и спорте.

Дефицит финансирования всей сферы физической культуры и спорта, приведший к упадку массового спорта, отразился в снижении уровня результативности, падении интереса к обучению, утрате воспитательного значения системы. Значительное снижение внимания к образованию со стороны государства повлекло за собой резкое снижение его качества. И как следствие – снижение уровня жизни, в результате – отток из педагогической профессии квалифицированных кадров.

Серия политических, экономических и социальных событий приводит к прекращению существования Союза Советских Социалистических Республик и созданию Содружества Независимых Государств и затем независимых стран. Система образования в области физической культуры и спорта в странах преобразовывается в соответствии с целями и задачами вновь созданных государств.

Проведенное исследование не исчерпывает данной проблематики и предполагает дальнейшее углубленное изучение каждого этапа, что даст современной системе физической культуры и спорта возможность более эффективного использования богатого опыта и наработок советских педагогов.

Список литературы

1. **О введении в действие** Положения о детско-юношеской спортивной школе, специализированной детско-юношеской школе олимпийского резерва, специализированных классах по видам спорта (вместе с Положением о специализированных классах по видам спорта с продленным днем обучения и с углубленным учебно-тренировочным процессом в общеобразовательных школах) : Приказ Госкомспорта СССР № 228 от 09 апр. 1987 г. (с изм. от 12 сент. 1989 г.). – Текст : электронный // Законы, кодексы и нормативно-правовые акты Российской Федерации : [сайт]. – URL: <https://legalacts.ru/doc/prikaz-goskomsporta-sssr-ot-09041987-n-228/?ysclid=lsrwcsrcn7i631856922> (дата обращения: 16.02.2024).
2. **О дальнейшем подъёме** массовости физической культуры и спорта : постановление ЦК КПСС и Совета Министров СССР от 11 сентября 1981 г. // Правда. – 1981. – 14 сент. (№ 890).
3. **О мерах по совершенствованию** руководства физкультурным движением профсоюзов: постановление Президиума ВЦСПС от 20 февраля 1987 г. // Труд. – 1987. – 20 февр. (№ 2-16).
4. **Материалы XIII съезда КПСС.** – Москва : Политиздат, 1966. – 303 с.
5. **Столбов, В. В.** История физической культуры и спорта : учебник / В. В. Столбов, Л. А. Финогенова, Н. Ю. Мельникова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 2000. – 423 с. – ISBN 5-278-00687-0.
6. **Физическая культура и спорт в СССР** / [Э. Ф. Аджалов, В. К. Бакунас, А. Б. Бекиев и др. ; сост. Г. Д. Харабуга]. – Москва : Физкультура и спорт, 1978. – 214 с.
7. **Физическая культура, спорт и туризм** : сб. руководящих материалов / [сост. Н. Ф. Никульшин, Е. М. Никольский, Е. Г. Пастухов]. – Москва : Профиздат, 1963. – 224 с.

8. ГАРФ. – Ф. 4346. – Оп. 1. – Д. 294. – Л. 1.
9. ГАРФ. – Ф. 4346. – Оп. 1. – Д. 244. – Л. 24.
10. Госархив ЛНР. – Р. 2376. – Оп. 1. – Д. № 2. – Л. 7–9.

**Popelukhina S. V.,
Petrov V. V.**

Review of the development of the education system in the field of physical culture and sports in the USSR

The article presents an overview of the development of the education system in the field of physical culture and sports in the twentieth century in the USSR. The normative documents adopted at different times by the government, the Communist Party, the Komsomol organization, the central bodies of trade unions concerning the development of physical culture and sports and which played an important role in certain historical periods of time are presented. The stages and stages of the development of the education system in the field of physical culture and sports are highlighted. The facts that influenced the formation, development and organization of the education system in the field of physical culture and sports at certain time stages have been established. The events that influenced the formation and development of the education system in the field of physical culture and sports in the USSR at various stages of the restoration of the national economy before and after the end of the Great Patriotic War are briefly highlighted. The prospects of research on the history of the development of the education system in the field of physical culture and sports at the present stage are determined.

Key words: physical culture, sport, review, development, education system, USSR.

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РЕАБИЛИТАЦИИ, АДАПТИВНОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, АДАПТИВНОГО СПОРТА

УДК 378.015.31:613-021.121

Бурлакова Татьяна Леонидовна,
ст. преподаватель
кафедры физического воспитания
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
burlakova.tatiana75@gmail.com

Актуальные проблемы формирования культуры здоровья студенческой молодежи в системе физического воспитания

В данной статье рассматриваются актуальные проблемы формирования культуры здоровья студенческой молодежи в системе физического воспитания. Определены эффективные пути и формы работы студенческой молодежи по формированию культуры здоровья. Дана краткая характеристика составляющих культуры здоровья.

Ключевые слова: культура здоровья, формирование, сохранение, укрепление здоровья, студенты, физическое воспитание, физическая культура.

Формирование культуры здоровья, как процесс, является предметом исследования в различных науках: лечебной медицине, теории и методике физической культуры, физиологии, психологии, педагогике и др. Система здравоохранения не в состоянии самостоятельно обеспечить надлежащий уровень здоровья населению республики. Медицина лечит болезни, которые преимущественно находятся уже в прогрессирующем состоянии. Лечение не принесет пользы, если у человека нет культуры здоровья.

В условиях преобразования современного общества обостряются проблемы различного характера: политического, экономического, социального, экологического, духовного и другие. Одна из главных проблем современного общества – это проблема культуры здоровья. Без высокого уровня культуры здоровья личности общество не может прогрессивно развиваться во всех его направлениях.

Актуальность данной проблемы заключается в том, что физическое здоровье среди молодежи с каждым годом становится всё хуже и хуже. Это утверждение находит своё подтверждение при медицинском обследовании студентов. Правильно организованный процесс физического воспитания может стать движущей силой всего учебного процесса по формированию и становлению физической культуры личности. Это происходит благодаря стимулированию развития наиболее значимых для соответствующей личности биологических и социальных потребностей в движении, развитии, познании, самоутверждении, самовоспитании [2, с. 45].

Культура здоровья является составной частью общей и профессиональной культуры личности. Теоретические вопросы в области культуры здоровья исследовали (Н. П. Абаскалова, Н. М. Амосов, И. И. Брехман, Э. Н. Вайнер, Л. Б. Дыхан, М. Я. Виленский, В. Н. Ирхин, В. П. Казначеев, Н. С. Козлов, В. В. Колбанов, А. В. Лейфа, А. М. Митяева, В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина, А. Г. Щедрина и др.).

Культура здоровья студента – это личное и социальное качество обучающегося в организации своей жизнедеятельности на основе здорового образа жизни через соблюдение его элементов для укрепления и сохранения психического, физического и социального здоровья. Главным показателем культуры здоровья студента является реализуемое им на практике самоуправление процессом укрепления и сохранения здоровья. Культура здоровья студентов, основой которой является здоровый образ жизни, реализуется в повседневной жизнедеятельности через соблюдение элементов здорового образа жизни. К элементам здорового образа жизни относятся: режим учебы, труда и отдыха, закаливание, отсутствие вредных привычек, рациональное питание, личная гигиена, межличностное общение, психическая саморегуляция, двигательная активность [4, с. 46].

Исследователи В. С. Фомин и В. С. Левин в 1999 году установили, что формирование дефицита двигательной активности начинается еще со школьного возраста и продолжает прогрессировать на протяжении всего периода дальнейшего обучения. Важнейшим компонентом образовательного процесса при этом является разработка и применение здоровьесберегающих оздоровительных технологий, которые позволяют поддерживать на оптимальном уровне работоспособность студенческой молодежи. Отличительной особенностью здоровьесберегающих технологий является приоритет здоровья, а точнее грамотная забота о нем.

В настоящее время научные материалы подтверждают информацию о негативных тенденциях в состоянии здоровья студенческой молодежи, связанных с особенностями системы образования. Данная система не способствует формированию культуры здоровья, поскольку подавляет ее основные потребности, в частности потребность в движении. Поэтому система образования несет часть ответственности за сложившуюся ситуацию со здоровьем молодежи. При этом важной задачей учебной деятельности по физической культуре является не только формирование умений и навыков, но и изучение технологий формирования культуры здоровья с последующим использованием в будущем. Исходя из объективных условий университета, нужно создать условия, подобрав соответствующие формы организации, которые обеспечат возможность формирования физической культуры и ее саморазвития у каждого студента. Поэтому существует необходимость создания в вузовской системе физической культуры технологии, которая способствовала бы становлению потребности в развитии культуры здоровья, возникающей вследствие решения противоречия между желаемым и действительным состоянием здоровья личности и побуждающей студента к совершенствованию в валеологическом аспекте [1, с. 19].

Проблема здоровья является важнейшей задачей общественного развития, что обусловлено потребностью в ее теоретической и практической разработке, необходимостью проведения соответствующих научных

исследований и выработки организационных и методических подходов к сохранению индивидуального здоровья, воспитанием потребности в активном образе жизни и ответственного отношения не только к собственному здоровью, но и к здоровью окружающих людей, т. е. необходимостью в формировании культуры здоровья студенческой молодежи. Одной из приоритетных задач образования должно стать укрепление и сохранение здоровья обучающихся, формирование у них ценностей здоровья и здорового образа жизни [6, с. 192].

В сложившейся ситуации необходимо уделять особое внимание регулярным занятиям физической культурой и спортом, чтобы физическая активность в сочетании с другими элементами здорового образа жизни являлась надежной гарантией укрепления и сохранения здоровья, как отдельного человека, так и всего общества в целом.

Функция учебного заведения состоит в создании развивающего пространства для коллектива в целом и каждой личности в частности, в котором проходит непрерывное развитие потребности в здоровом образе жизни. Подводя итоги вышесказанному, мы должны отметить, что формирование физической культуры студентов является приоритетно-педагогической проблемой, но не исключительно педагогической. Педагогика с помощью средств педагогического воздействия формирует качественные изменения индивидуальной физической культуры личности на основе информации, предоставленной другими науками, а именно: медициной, физиологией, психологией, теорией и методикой физической культуры, философией, религиоведением и др.

В результате обработки научной литературы мы выделили основные причины, согласно которым процесс формирования культуры здоровья студентов можно считать первоочередной педагогической проблемой. Первой причиной является тот факт, что здоровье, прежде всего, зависит не от внешнего вмешательства, а от образа жизни личности. Как мы упоминали ранее, здоровье зависит на 8–10% от медицины и на 50–55% от образа жизни. Образ жизни формируется в процессе жизнедеятельности личности. Создавать положительное влияние на формирование образа жизни можно благодаря педагогическому влиянию на личность. Поскольку установленная зависимость здоровья человека от его образа жизни формирует необходимость в создании педагогической теории, направленной на сохранение и укрепление здоровья методами и средствами педагогики.

Следующей причиной, почему формирование культуры здоровья студентов является первоочередной педагогической проблемой, является тот факт, что система образования несет ответственность за качество подготовки специалиста. При этом, как свидетельствуют результаты опроса студентов, основная причина невыполнения ими необходимой суточной потребности в движениях – чрезмерная нагрузка учебной работой. Причины данного явления разные. Это может быть нерациональное использование студентами свободного от обязательных занятий времени. Однако, независимо от причин, результатом является факт массового нарушения двигательного режима студентами на протяжении обучения в вузе. Что негативно отражается на здоровье студента, который является будущим специалистом [2, с. 87].

В течение последних десятилетий наблюдается тенденция ухудшения здоровья, физической подготовленности студенческой молодежи. Это связано

не только с изменениями, которые произошли в экономике, экологии, условиях труда и быта населения Луганской Народной Республики, но и с недооценкой в обществе оздоровительной и воспитательной роли физической культуры.

Культура здоровья, как отмечалось ранее, включает в себя четыре составляющих. Психическое здоровье – характеризуется чувством эмоциональной комфортности и зависит от умения студента контролировать свое эмоциональное состояние, что зависит от уровня его воспитанности. В процессе обучения студент часто попадает в ситуации, когда должен сам решать сложные задачи, требующие как интеллектуальных, так и волевых усилий; в процессе этой деятельности происходит психологическое развитие студента. А взаимно-вежливое общение с преподавателями способствует развитию уровня воспитанности студентов.

Социальное здоровье – зависит от коммуникативных способностей студента, которые он может развивать в благоприятной для данного процесса среде. Социальное здоровье тесно переплетается с психологическим. Студент частично сам является создателем того микросоциума, в котором находится, влияя на отношения внутри группы или курса, где учится. При этом уровень его социального здоровья напрямую связан с его социальным статусом.

Духовное здоровье позволяет личности творчески развиваться и самосовершенствоваться как гармоничной личности. Студент узнает цену поступков, выбирает для себя вектор действий для достижения цели и тем самым определяет направление личного дальнейшего развития. Какими социальными принципами, моральными или безнравственными, будет руководствоваться студент в своих действиях и зависит от педагогического процесса.

Физическое здоровье – характеризует функциональное состояние организма, зависит от умения студента придерживаться правильных режимов. А именно: двигательного режима, режима отдыха, рационального питания и др. Эти задачи возможно решить в течение учебно-воспитательного процесса.

Важным моментом в формировании культуры здоровья студента является приобщение его к занятиям физической культурой и спортом. Именно физическая активность должна рассматриваться как важное средство формирования у студентов правильного образа жизни, организации отдыха и досуга, восстановления телесных и духовных сил. Это означает, что наряду с занятиями, проводимыми по учебной программе, необходима разработка и совершенствование организационных форм оздоровительной физической культуры вне учебного процесса. Ведь именно такие формы занятий призваны дополнительно решать задачу повышения физической активности студентов. И наиболее доступные в этом плане формы занятий – это самостоятельные занятия различными видами физических упражнений и спорта. Безусловно, привлечение студентов к самостоятельным занятиям вне рамок программы является повышением их образовательного уровня в вопросах оздоровительной физической культуры. Реализация этих потребностей обеспечит нормальный рост и жизнедеятельность организма студента и будет способствовать привлечению его к систематическим занятиям по физической культуре [5, с. 487].

Формирование культуры здоровья является первоочередной педагогической проблемой, поскольку именно в процессе целенаправленного педагогического воздействия приобретаются личностью новые знания,

формируются специальные умения и навыки, которые являются основой культуры здоровья.

Условия для формирования культуры здоровья студентов преимущественно неблагоприятны, говоря о большинстве, должны отметить, что студенты проявляют индивидуальную готовность к ведению здорового образа жизни и формированию личной культуры здоровья. Помехой данному процессу становятся педагогические, экономические и социальные условия. Нерациональное распределение нагрузки на студента приводит к переутомлению. Студенты из-за недостаточного материального обеспечения объединяют обучение и работу, что негативно отражается на их успеваемости.

В данных условиях процесс формирования культуры здоровья студента будет реализован за счет развития индивидуальных качеств студента как средство противодействия негативному влиянию антисоциальной рекламы. Что в свою очередь должно быть реализовано в течение учебных занятий и не должно создавать для студентов дополнительных проблем с поиском свободного времени. Дополнительно студенты должны заниматься физически-оздоровительными упражнениями исключительно по собственной инициативе. Содержание занятий должно способствовать развитию культуры здоровья студентов, что в свою очередь должно обеспечиваться изучением специальных оздоровительных методик [3, т. 2, с. 126].

По утверждению ряда учёных, укрепление и сохранение здоровья всецело зависит от отношения самого человека к нему, от образа жизни, поведения. Поэтому актуальной задачей нашей Республики, в том числе и учебных заведений, является сохранение, укрепление здоровья молодёжи, формирование идеологии здоровья как важнейшей жизненной ценности.

Таким образом, решение педагогической проблемы по формированию культуры здоровья студентов зависит в первую очередь от правильно составленного режима дня, активного образа жизни и т. д. Однако определить основные средства воздействия на личность в целях развития у нее навыков ведения здорового образа жизни и формирования культуры здоровья возможно.

Для полного решения педагогической проблемы формирования культуры здоровья студентов нужно внести в программы подготовки специалистов по физической культуре ряд изменений, направленных как на изучение специальных методик оздоровительных упражнений, так и на воспитание специалиста как высоко развитой физически культурной личности.

Список литературы

1. **Адалсон, К. В.** Здоровый образ жизни и физическая культура / К. В. Адалсон, А. С. Чесноков. – Москва : Физкультура и спорт, 2014. – 236 с.
2. **Бароненко, В. А.** Здоровье и физическая культура студента : учеб. пособие / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. – Москва : Альфа-М, 2017. – 352 с.
3. **Ветков, Н. Е.** Здоровье человека как ценность и его определяющие факторы / Н. Е. Ветков // Наука-2020. – 2016. – Т. 2, № 8. – С. 126–142.
4. **Меньшов, И. В.** Культура здоровья студентов (учебное пособие) / И. В. Меньшов // Научное обозрение. Реферативный журнал. – 2016. – № 5. – С. 45–47.

5. **Проблема формирования культуры** здоровья у студентов / В. А. Варакин, Е. В. Егорычева, И. В. Чернышёва, М. В. Шлемова // Международный студенческий научный вестник. – 2015. – № 5. – С. 487–488.
6. **Фильчаков, С. А.** Актуальные проблемы здоровья студентов / С. А. Фильчаков, И. В. Чернышева, М. В. Шлемова // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 10. – С. 192–193.

Burlakova T. L.

**Current problems of forming a culture of health
in students in the system of physical education**

This article discusses current problems of forming a culture of health among students in the system of physical education. Effective ways and forms of work for students to create a culture of health have been identified. A brief description of the components of a health culture is given.

Key words: *health culture, formation, preservation, health promotion, students, physical education, physical culture.*

Дюбина Елена Владимировна,
преподаватель
кафедры физического воспитания
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
kapustoka0@gmail.com

Физическая нагрузка как средство повышения работоспособности

В статье рассматривается взаимосвязь физических нагрузок и работоспособности молодёжи. Показаны средства физической культуры, способствующие эффективной интеллектуальной работоспособности студентов в процессе их учебной деятельности.

Ключевые слова: *двигательная активность, умственная работоспособность, физические упражнения, активный отдых, учебная деятельность.*

Современные люди, особенно те, кто проживает в крупных мегаполисах, сегодня сталкиваются с комплексной проблемой, включающей в себя переутомление и низкую работоспособность. Если недавно наблюдались эти жалобы у пожилых людей в силу своего возраста, то сегодня на усталость жалуются и молодые люди, так как умственная нагрузка возрастает с каждым днём. К тому же человек испытывает стресс из-за постоянного информационного потока. В погоне за успехом люди испытывают переутомление и, как следствие, снижение работоспособности. Мало кто задумывается о том, что последствия могут привести к серьёзным заболеваниям, ведь человеческие ресурсы, как и любые ресурсы, могут закончиться.

Цель – рассмотреть взаимосвязь физических нагрузок на повышение работоспособности молодёжи.

Достижению цели способствует ряд задач: 1) проанализировать литературу по теме; 2) выявить взаимосвязь физической культуры и ее влияние на работоспособность молодых людей.

Методы исследования: анализ, синтез, обобщение, классификация.

Практическая значимость: данное исследование может быть использовано в практической профессиональной деятельности, а также для подготовки студентов по различным специальностям.

К сожалению, об этом задумываются, когда становится поздно. Можно назвать лишь несколько цивилизаций, которые учат заботиться о себе, снимать стресс и восстанавливать своё тело, а на самом деле – это целая наука, требующая специализированных знаний.

Новомодные медицинские компании придумали огромное количество успокоительных и антидепрессантов, но рано или поздно и они перестают помогать. И что тогда? Человек оказывается на обочине этого информационного мира, мало кто хочет такого будущего. И люди начинают искать лекарство для продления своей активности и работоспособности. Секрет, оказывается, совсем прост – это каждодневная физическая культура, которая требует систематичности выполнения.

В своей статье мы попытались обратиться к истокам ее появления. Физическая культура – составная часть общей культуры [1, с. 288]. Творцом физической культуры является народ. В процессе трудовой деятельности он создавал формы, средства и методы физического воспитания. Физические упражнения вырабатывают эндорфины – «гормоны счастья», которые помогают избавиться от подавленного состояния. Специалисты рекомендуют заниматься физкультурой на свежем воздухе, так как солнце вырабатывает серотонин и, как следствие, происходит повышение эмоционального фона [2, с. 431].

Физические упражнения укрепляют позвоночник, мышцы, связки, улучшают кровоснабжение [10, с. 224]. С древних времен известен афоризм «Движение – жизнь», просто и лаконично подчеркивающий большое значение физической активности для человека. Физические упражнения, массаж, плавание, бег – все это оказывает благоприятное влияние на профилактику стрессовых расстройств и их устранение.

Осознав значимость физкультуры, загоревшись желанием быть здоровым и работоспособным, люди задают вопрос: «А какой комплекс упражнений нужно выполнять»? Формы занятий физическими упражнениями, тренировок очень разнообразны [4, с. 352].

Чаще всего это самостоятельные групповые (спортивные игры, походы) или индивидуальные (бег, плавание) занятия. Но студенты большую часть времени находятся на учёбе и поэтому им нужен универсальный комплекс упражнений, который они бы могли применять не только дома, но и во время учебного процесса. Многие врачи считают очень важными физкультминутки, включающие в себя несколько упражнений.

Упражнения-физкультминутки должны быть направлены на распрямление спины – это наклоны, повороты, маховые движения [5, с. 304].

XXI век – время гиподинамии, редкостью сегодня являются люди, не страдающие таким заболеванием, как шейный остеохондроз. Это заболевание века, так как все прикованы к компьютерам. Немаловажным является утренняя зарядка, но не все её выполняют, наверное, потому, что не осознают её значение. Современному обывателю, чтобы себя разбудить быстрее, легче выпить чашку кофе или стакан сока, а утреннюю зарядку мы откладываем на завтра. А ведь простые упражнения дают энергию на весь день и повышают работоспособность.

Ошибочным является и мнение о том, что зарядку можно заменить домашней работой, потому что утренняя гимнастика нагружает равномерно все группы мышц. Если внимательнее прочитать слово зарядка, то можно увидеть, что оно дословно означает зарядиться энергией. Десятиминутная зарядка ещё в древнем Китае была равна получасовой дневной нагрузке. Современный Китай сегодня – это образец профилактики переутомления и низкой работоспособности.

Ранним утром жители Китая собираются на площадках возле своих домов и занимаются различными упражнениями. Здесь сформирована культура поддержания своего здоровья как нигде. Что же должна включать в себя утренняя зарядка: потягивания, дыхательная гимнастика, простые упражнения, дальше повороты, приседания, наклоны. Обязательно нужны упражнения для пресса, они очень полезны, особенно для женщин. Эти

упражнения отвечают за осанку. Именно каждодневная зарядка экономит деньги и время на походы к врачу, при выполнении зарядки усиливается кровоток и питание внутренних органов. Каждый человек, исходя из возраста и хронических болезней, может подобрать комплекс упражнений. Высокую результативность простых упражнений мы видим, когда люди восстанавливаются после перенесения тех или иных травм. Утомление напрямую связано со снижением работоспособности. Учёные выделяют умственное и физическое утомление, одна из причин – это малоподвижность людей.

Для современного обывателя предлагается огромное количество фитнес-технологий, загрузка которых занимает всего несколько секунд [6, с. 416].

Это очень актуально в условиях самоизоляции. Как не потеряться в таких приложениях и выбрать самое эффективное для себя? Приведем лишь некоторые интересные методики. Например, комплекс упражнений от отца американского футбола Уолтера Кэмпэ займёт всего 8 минут, поможет укрепить тело, увеличить гибкость и поддержать здоровье. Существуют также силовые упражнения – это бодибилдинг, кардио – это бег, интенсивная ходьба, плавание. Упражнения для укрепления опорно-двигательного аппарата – это пилатес, йога.

Но самыми популярными являются следующие виды фитнеса:

– калланетика – это методика для сжигания жира, одно занятие калланетикой равно семи часам шейпинга. Суть методики в укреплении мышечного корсета, используются статические упражнения;

– тераробика – это методика немецкого тренера, где при выполнении обычных упражнений используется латексная лента. Данные занятия улучшают выносливость, координацию, эмоциональный фон, считается, что 1 час занятий этим видом фитнеса заменит пробежку в 10 км;

– босу – это занятия с полусферическим мячом;

– стретчинг – это слово с английского переводится как растягиваться.

После занятий стретчингом можно сесть на шпагат;

– кик-аэробика – ею можно заниматься как со скалкой, так и без неё, но результат удивит вас, так как данные упражнения сжигают жир;

– слайд-аэробика – выполнение движений с помощью скользящих матов. Движения позаимствованы из конькобежного спорта, данные упражнения повышают выносливость ног. Люди, занимающиеся данным видом аэробики, быстро худеют и получают красивую форму ног;

– скайл-аэробика – направление очень популярно сегодня, это занятия на велотренажёрах;

– акваформинг – выполнение упражнений в воде с использованием палки, меча, гантели;

– памп-аэробика – выполнение силовых упреждений под ритмичную музыку;

– скиппинг – упражнения со скакалкой, вся суть в том, чтобы правильно скакать, данные упражнения накачивают руки, ноги, икры и укрепляют сердечную мышцу. Эти занятия нормализуют вес, достаточно заниматься всего 15 минут;

– фитбол-аэробика – упражнения, выполняемые с помощью больших надувных мячей. Фитболом рекомендуют заниматься даже беременным женщинам;

– фитнес-йога – упрощённая версия настоящей йоги, она поможет приобрести тонус мышц, также суставы становятся гибкими, это является профилактикой серьёзных заболеваний. Фитнес-йога подарит крепкое здоровье и красивое тело;

– танцевальная аэробика – комбинирование аэробики и танцев.

Данные упражнения вырабатывают выносливость, гибкость, координацию.

В статье перечислены не все направления фитнеса, но даже из перечисленных можно подобрать себе что-то интересное, с учётом своих проблем и потребностей. Таким образом, мы можем констатировать, что физическая культура является значимым фактором в профилактике переутомления и снижения работоспособности [7, с. 62].

Самое уникальное заключается в том, что заниматься физической культурой могут даже пожилые люди с целью профилактики возрастных изменений [8, с. 312].

Вопрос об оздоровлении нации решается на уровне государства во многих странах. Так, в Российской Федерации в учебном расписании можно увидеть три урока физкультуры в неделю. В таких странах, как Китай, Корея, Япония в общефизическую подготовку включены плавание, легкая атлетика, гимнастика, игры с мячом, танцы.

В Китае урок физической культуры проводится ежедневно около одного часа в день и включает в себя тайчи, ушу и часть военной подготовки [9, с. 167]. Одна из стратегий Китая – здоровье народа, так как это главный показатель процветания государства. Китай можно назвать спортивной державой. Среди пожилого населения очень популярна национальная пластическая гимнастика «Тай-цзи». Весь комплекс физических упражнений разной сложности берет своё начало еще из древности и пользуется популярностью.

Во Франции физкультурой занимаются с 4 лет, недельная нагрузка составляет 6 часов. Наибольшее внимание уделяется бегу и плаванию, особенно в начальной школе. Французские медики считают, что занятия с мечом и другим инвентарём снимают стресс.

Учителя физкультуры в Японии должны ещё иметь и медицинское образование. Если обнаруживается, что ребёнок имеет какие-то заболевания, то учитель физкультуры составляет ему определённую диету, подбирает определённый комплекс упражнений.

Молодёжь Англии физкультурой занимается два раза в неделю, на уроках большое внимание уделяется групповым видам физической активности: гимнастика, танцы, волейбол, баскетбол.

Американская молодёжь каждую неделю должна пробегать около 1 мили (1,6 км), в отличие от учебных заведений других государств.

В заключение можно сделать следующие выводы:

– физическая культура действительно является средством борьбы от переутомления и низкой работоспособности;

– в современном мире многие страны понимают, что здоровье нации – это национальная безопасность. И увеличение уроков физкультуры в школах является государственной политикой;

– мир спорта очень разнообразен и каждый может выбрать нужный ему комплекс упражнений, с учётом возраста и заболеваний.

Статью хотелось бы закончить словами великого древнегреческого мыслителя Аристотеля: «Жизнь – это движение».

Список литературы

1. **Бароненко, В. А.** Здоровье и физическая культура студента : учеб. пособие / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. – Москва : Альфа-М : ИНФРА-М, 2006. – 352 с. – ISBN 5-98281-004-5.
2. **Барчукова, Г. В.** Физическая культура: настольный теннис : учеб. пособие / Г. В. Барчукова, А. Н. Мизин. – Москва : Сов. спорт, 2015. – 312 с. – ISBN 978-5-98724-123-3.
3. **Барчуков, И. С.** Физическая культура / И. С. Барчуков. – Москва : Academia, 2017. – 416 с.
4. **Барчуков, И. С.** Физическая культура / И. С. Барчуков. – Москва : КноРус, 2014. – 304 с. – ISBN 978-5-406-02735-6.
5. **Барчуков, И. С.** Физическая культура: методики практического обучения / И. С. Барчуков. – Москва : КноРус, 2017. – 297 с. – (Для бакалавров). – ISBN 978-5-406-02735-6.
6. **Бишаева, А. А.** Физическая культура : учебник / А. А. Бишаева, В. В. Малков. – 2-е изд., стер. – Москва : КноРус, 2018. – 312 с. – (Бакалавриат). – ISBN 978-5-406-06308-8.
7. **Бишаева, А. А.** Физическая культура : учебник / А. А. Бишаева. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 224 с. – ISBN 978-5-4468-7284-8.
8. **Физическая культура** и физическая подготовка : учебник / И. С. Барчуков, Ю. Н. Назаров, С. С. Егоров [и др.] ; под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. – 431 с. – ISBN 978-5-238-01157-8.
9. **Физическая культура** и физическая подготовка : учеб. для вузов / под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. – Москва : Юнити, 2016. – 429 с. – ISBN 978-5-238-01157-8.

Dyubina E. V.

Physical activity as a means of improving performance

The article examines the relationship between physical activity and students' performance. The means of physical culture that contribute to the effective intellectual performance of students in the process of their educational activities are shown.

Key words: motor activity, mental performance, physical exercises, active recreation, educational activity.

УДК 378.4

Клименко Ирина Викторовна,
канд. мед. наук, доцент,
профессор кафедры
адаптивной физической культуры
и физической реабилитации
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
trainrehab@mail.ru

Анализ моделей формирования универсальных компетенций на разных уровнях образования

Проанализирован ряд педагогических исследований, в которых представлены модели формирования и развития универсальных компетенций на различных уровнях образования. Предложенная структурно-функциональная модель формирования и развития универсальных компетенций с учетом преемственности между общей и профессиональной ступенью образования отражает цель, содержание, методы и технологии, а также включает субъекты деятельности, результат. Модель позволяет разрешить имеющееся противоречие между нормативными основами формирования универсальных компетенций только на уровне высшего образования и недостаточной теоретической и практической разработанностью данного вопроса на уровне общего образования.

Ключевые слова: модели, формирование, универсальные компетенции, уровни образования.

В связи с возрастающими требованиями современного социума появляется необходимость реформирования и системы образования. Одним из ключевых аспектов этих преобразований является использование компетентностного подхода. Преимуществом этого подхода является его направленность на практический результат, который позволяет реализоваться современным выпускникам в процессе своей жизнедеятельности и реализации в избранной профессии.

А. В. Короткевич, В. Н. Лучина (2019) считают, что использование компетентностного подхода способствует более эффективному достижению целей обучения, которое становится гибким, способствует приобретению знаний, навыков, опыта обучающимся и в дальнейшем позволяет успешно осуществлять любую деятельность [3, с. 6].

В конце 90-х – начале 2000-х гг. было введено понятие «универсальных компетенций», которыми должны обладать обучающиеся. Наличие сформированных универсальных компетенций (коммуникационная, исследовательская, информационная и др.) способствует успешной социальной, личностной и профессиональной деятельности обучающегося на разных уровнях образования.

Д. В. Пузанков с соавт. рассматривают универсальные компетенции как способность обучающегося через призму социальных или профессиональных ситуаций реализовывать полученные знания и навыки с учетом предметно-ориентированных составляющих.

Ряд авторов определяют их как неспецифические компетенции, применение которых возможно в различных отраслях жизни обучающегося.

Наше мнение совпадает с исследованиями А. М. Кондакова, который указывает на то, что важным компонентом компетенций в современной образовательной среде являются личностные качества обучающихся. Автор делает акцент на те качества, которые будут востребованы в первую очередь: креативность, навыки работы в команде, способность к самомотивации, самообразованию и самоанализу

Изучением вопросов формирования универсальных компетенций и развития их на разных уровнях занимались: А. А. Пикалова, Н. В. Тарасова, И. Д. Фрумина, Е. С. Воеводина, А. Г. Сергеев, С. Н. Рягин, С. В. Молчанов, Л. А. Апарина, Н. А. Володарская, Е. Г. Зуева, И. Г. Харисова, Н. Г. Салмина, И. Г. Афанасьева, Г. В. Бурменская, Т. Г. Колесникова, О. А. Карабанова, В. И. Байденко, И. П. Пастухов, А. Г. Асмолов, Г. А. Мошляк, С. Г. Чигирина, М. С. Добрякова, И. Ю. Тарханова, О. П. Миханова, A. R. J. Briggs, J. Clark, I. Hall, E. A. Barnett, F. Cano, T. Dahl, M. Bals, A. Turi и др.

Однако сегодня нет общей трактовки в терминологии, а также единых подходов к пониманию сущности универсальных компетенций и их содержания на различных этапах образовательного процесса. А. Г. Сергеев отмечает их метапредметный характер и указывает на то, что они формируются во всех образовательных областях. В научной педагогической литературе чаще всего выделяют следующие универсальные компетенции: социальные, коммуникативные, информационные, образовательные и др. [3, с. 5].

В зарубежных исследованиях, по данным анализа В. И. Байденко (2019), чаще делается акцент на формирование и развитие пяти «ключевых компетенций» (универсальных):

- социальные и политические компетенции (умение решать конфликты, умение принимать ответственность на себя, принимать участие в командной работе);
- жизненные компетенции в мультикультурном обществе;
- компетенции устной и письменной коммуникации;
- информационные (ИТ) компетенции;
- компетенции самообразования через всю жизнь.

Вместе с тем, А. В. Короткевич (2019) выделяет «значимые» универсальные компетенции: коммуникация и межличностное взаимодействие; самообразование; самосовершенствование; гражданственность; экологическая компетенция.

В рамках концепции SmartUniversity автором Г. А. Мошляк (2023) была разработана модель, в которой акцент сделан на реализацию проектной деятельности; лидерство на основе командной работы; самоорганизацию и самообразование; критическое мышление, а также было разработано технологическое решение реализации модели [4, с. 141].

Т. И. Зиновьева (2019), анализируя материалы по вопросам оптимального перечня компетенций в двадцать первом веке, делает акцент на то, что до сих пор ведутся дискуссии по этому вопросу.

Причем, как отмечает П. Гриффин, в каждой стране есть свой специфический набор компетенций в части универсальных, однако практически во всех научных исследованиях выделяют компетенции,

которые считаются наиболее важными в современных условиях: навыки коммуникации и работы в цифровой среде, системное мышление, критическое мышление, навыки поведения в цифровой среде.

Педагогические сообщества в условиях нового содержания образования разрабатывают свои модели, в которых рассматриваются алгоритмы и технологии формирования универсальных компетенций (Табл. 1).

Таблица 1

Модели формирования универсальных компетенций *

Модель формирования универсальных компетенций	Авторы модели
1	2
Модель формирования универсальных компетенций в информационно-образовательной среде вуза	Е. Г. Зуева (2008)
Модель развития исследовательской компетентности студентов вуза в условиях многоуровневого обучения	С. Н. Лукашенко (2012)
Модель формирования образовательной компетенции	Н. А. Рыбкина (2018)
Модель формирования коммуникативной компетенции студентов в условиях интеллектуально-коммуникативного взаимодействия субъектов образовательного процесса в вузе	О. С. Фокина (2019)
Педагогическая модель формирования универсальных компетенций будущего фитнес-тренера	С. А. Серпер, О. М. Буранок (2020)
Модель формирования экономической компетенции	Т. Г. Колесникова, Т. М. Наумова, Л. В. Смоленникова (2021)
Модель формирования универсальных компетенций у будущих инженеров	Е. А. Бойко, А. А. Пикалова (2021)
Модель формирования информационной компетенции	И. Г. Афанасьева (2022)
Моделирование процесса формирования социальных компетенций обучающихся начальных классов	Е. В. Тютюсова (2022)
Модель формирования универсальных компетенций студентов в рамках разработки и реализации концепции Smart University	А. Г. Мошляк, А. Рабенатулутра (2023)

* Составлено автором

В большинстве представленных моделей сделан акцент на оценку степени качества сформированности универсальных навыков у обучающихся в сфере высшего образования. Критерии измерения их сформированности рассматривались А. А. Куликовой, Е. Ю. Кардановой, П. С. Сорокиным, С. М. Авдеевой, П. В. Гассом и др. При анализе представленных моделей следует выделить проблему преемственности между общим и высшим

образованием. Изучением этой проблемы занимались многие исследователи. Так, Н. П. Ансимова, О. А. Беляева (2018) обращают внимание на тот факт, что в отечественной образовательной системе, прежде всего, рассматривается ключевой результат образования, который должен быть зарегистрирован на всех ступенях обучения на основе преемственности. Однако пока на уровне общего образования понятие метапредметных результатов учащихся конгруэнтно понятию универсальных компетенций у обучающихся вузов. Выявленные различия в формулировках и конвергенция в содержании препятствуют процессу преемственности развития универсальных навыков на разных уровнях образования. Г. Н. Паневина рассматривает метапредметные результаты образования как универсальные способы формирования навыков на базе учебных предметов и желательно в реальных жизненных ситуациях.

А. Г. Асмолов с соавт. проводит параллель между понятиями «метапредметные результаты образования» и «универсальные учебные действия», которых объединяют формирование таких навыков, как саморазвитие, социальный опыт. Н. П. Ансимова, О. А. Беляева (2018) трактуют этот термин как комплекс сформированных навыков, которые обеспечивают самостоятельность процесса обучения [1, с. 59–60]. Мы согласны с мнением А. Р. Кашаповой (2018) о том, что ориентация на достижение метапредметных результатов при переходе обучающихся на последующие образовательные уровни образования способствует узконаправленной предметной подготовке и проявляется недостаточным уровнем развития метапредметных компетенций учащихся и отсутствием методических материалов для педагогов по развитию универсальных навыков.

Преемственность в образовании рассматривается как система непрерывного образования (М. В. Бышева) и личностного развития обучающегося (А. Г. Асмолов с соавт.). Кроме того, А. Г. Асмолов с соавт. указывают на то, что с появлением новых моделей формирования, новых вариативных технологий и методов их развития все чаще нарушается процесс преемственности в непрерывном образовании. Е. В. Тютюсова (2022) разработала модель формирования социальной компетенции у младших школьников, отмечая, что формирование этой компетенции не включено в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, а представлено отдельными составляющими универсальных учебных действий. Поэтому у педагогов нет научно обоснованных форм, средств и методов, направленных на формирование этой компетенции [6, с. 231–233].

Чтобы формирование универсальных компетенций на основе преемственности стало действительно непрерывным: от дошкольного к высшему образованию, необходим, прежде всего, мониторинг эффективности их сформированности на каждом этапе образовательного процесса, а также четкий алгоритм формирования универсальных компетенций на каждой последующей образовательной ступени. В качестве инварианта достижения цели усвоения содержания и получения планируемых результатов на любой ступени процесса образования на основе преемственности нами была принята конгломерация базовых универсальных компетенций, которая позволяет не только формировать надпрофессиональные навыки, но и реализовывать их в повседневной жизни и образовательном процессе, в том числе при решении нестандартных задач, требующих самостоятельности от обучающегося [2; 6].

Нами была предложена модель формирования базовых универсальных компетенций на основе преемственности между общей и профессиональной ступеню образования на основе преемственности, которая представлена в Табл. 2.

Таблица 2

Структурно-функциональная модель формирования базовых универсальных компетенции с учетом преемственности между общей и профессиональной ступеню образования (И. В. Клименко, 2024)

ЦЕЛЕВОЙ БЛОК	
Цель: формирование у детей и молодежи на всех уровнях образования базовых универсальных компетенций, которые способствуют успешной жизнедеятельности в процессе меняющегося общества.	Задачи: – обеспечение устойчивого личностного развития обучающихся с учетом преемственности уровней образования на основе жизненного целеполагания, саморазвития и самореализации; – развитие базовых универсальных компетенций (исследовательской, проектной и здоровьесберегающей), обуславливающих эффективность решения задач с широкой зоной неопределенности в интеграции с другими универсальными компетенциями.
МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ БЛОК	
Подходы: – системный; – личностно-ориентированный; – компетентностный.	Принципы: – ориентация цели образования на устойчивое личностное развитие и успешную самореализацию; – системность, научность, гуманизация; – педагогическая поддержка в ситуации выбора; – демократизация, интеграция, адаптация, целенаправленность; – иерархичность, преемственность, последовательность.
СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ БЛОК	
Условия реализации	– совершенствование нормативно-правового обеспечения многоуровневого образовательного процесса по формированию и развитию базовых универсальных компетенций; – формирование системы оценки базовых универсальных компетенций, обучающихся на принципах преемственности; – разработка научно-методического обеспечения процесса по формированию и развитию базовых универсальных компетенций на всех уровнях образования; – совершенствование взаимодействия субъектов образовательных отношений в целях формирования развития базовых универсальных компетенций на всех уровнях образования с учетом преемственности; – совершенствование организационного и материально-технического обеспечения формирования многоуровневого процесса формирования базовых универсальных компетенций с учетом преемственности.
Компоненты компетенции	Мотивационный, когнитивный, деятельностный, личностный.
Диагностический инструментарий	Анкетирование, тестирование, наблюдение, интервью.
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ БЛОК	
Этапы	Ознакомительный, начальный, развернутый.

Субъектный компонент	Дошкольники, школьники, студенты.
Технологии	Проблемно-игровые технологии, здоровьесберегающие образовательные технологии, технология «мозговой штурм» или «брейнсторминг», дискуссионная технология «аквариум», проектные технологии, тренинговые практики.
Организационно-педагогические условия	– обогащение содержания предметных областей учебного плана гуманитарного профиля учебно-методическим комплексом, направленным на развитие познавательной самостоятельности; – вовлечение обучающихся в познавательный самостоятельный процесс в условиях использования информационной образовательной среды.
ОЦЕНОЧНО-РЕЗУЛЬТАТИВНЫЙ БЛОК	
Показатели сформированности	Мотивационный, когнитивный, деятельностный, личностный компоненты.
Уровни сформированности	Элементарный, базовый, проактивный.
Результат	Организация целостного процесса по формированию и развитию базовых универсальных компетенций (здоровьесберегающей, исследовательской и проектной) с учетом преемственности между общей и профессиональной ступенью образования.

Нами были выделены компоненты трех уровней развития: элементарный, базовый, проактивный. Мы считаем, что для дошкольника является достаточным элементарный уровень сформированности исследовательской, проектной и здоровьесберегающей компетенций, для обучающегося общего образования достаточным является базовый уровень, а для обучающихся высшей школы – проактивный. Наряду с изменениями степени овладения отдельными компонентами базовых универсальных компетенций необходимо уделять особое внимание комплексной оценке их становления и развития

Суть предложенного подхода состоит в том, что у обучающихся поэтапно, последовательно двигаясь от одного образовательного уровня к другому формируются и развиваются базовые универсальные компетенции. Это способствует становлению процесса преемственности в овладении компетенциями на разных уровнях образования.

Таким образом, предложенная структурно-функциональная модель формирования и развития универсальных компетенций с учетом преемственности между общей и профессиональной ступенью образования отражает цель, содержание, методы и технологии, а также включает субъекты деятельности, результат. Модель позволяет разрешить имеющееся противоречие между нормативными основами формирования универсальных компетенций только на уровне высшего образования и недостаточной теоретической и практической разработанностью данного вопроса на уровне общего образования.

Список литературы

1. Ансимова, Н. П. Метапредметные образовательные результаты школьников как основа формирования универсальных компетенций

- студентов / Н. П. Ансимова, О. А. Беляева. – DOI 110.24411/1813-145X-2018-10159. – Текст : электронный // Ярославский педагогический вестник. – 2018. – № 5. – С. 57–70. – URL: https://vestnik.yspu.org/releases/2018_5/10.pdf (дата обращения: 19.02.2024).
2. **Клименко, И. В.** Мониторинг сформированности универсальных навыков у бакалавров адаптивной физической культуры / И. В. Клименко // Вестник Донецкого национального университета. Сер. Б, Гуманит. науки. – 2021. – № 3. – С. 202–209.
 3. **Короткевич, А. В.** Универсальные компетенции для устойчивого развития: определение границ и понятий / А. В. Короткевич, В. Н. Лучина // Журнал Белорусского государственного университета. Экология. – 2019. – № 2. – С. 4–12.
 4. **Мошляк, Г. А.** Подходы к проектированию модели формирования универсальных компетенций студентов в рамках разработки и реализации концепции Smart University / Г. А. Мошляк, А. Рабенатулутра. – DOI 10.22363/2312-8631-2023-20-2-138-149. – Текст : электронный // Вестник Российского университета дружбы народов. Сер.: Информатизация образования. – 2023. – Т. 20, № 2. – С. 138–149. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podhody-k-proektirovaniyu-modeli-formirovaniya-universalnyh-kompetentsiy-studentov-v-ramkah-razrabotki-i-realizatsii-kontseptsii> (дата обращения: 19.02.2024). – Режим доступа: сайт науч. электрон. б-ки «КиберЛенинка».
 5. **Тютюсова, Е. В.** Моделирование процесса формирования социальных компетенций обучающихся начальных классов / Е. В. Тютюсова. – DOI 10.31862/1819-463X-2022-2-226-235. – Текст : электронный // Наука и школа. – 2022. – № 2. – С. 226–235. – URL: <http://nauka-i-shkola.ru/sites/default/files/226235.pdf> (дата обращения: 19.02.2024).
 6. **Штольц, Ю. М.** Компетентностный подход в контексте здоровьесбережения детей старшего дошкольного возраста / Ю. М. Штольц, И. В. Клименко // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2021. – № 1(49). – С. 97–101.

Klimenko I. V.

Analysis of models for the formation of universal competencies at different levels of education

A number of pedagogical studies have been analyzed, which present models of the formation and development of universal competencies at various levels of education. The proposed structural-functional model of the formation and development of universal competencies, taking into account the continuity between the general and professional levels of education, reflects the goal, content, methods and technologies, and also includes subjects of activity and results. The model allows us to resolve the existing contradiction between the normative foundations for the formation of universal competencies only at the level of higher education and the insufficient theoretical and practical development of this issue at the level of general education.

Key words: *models, formation, universal competencies, levels of education.*

Мелешко Екатерина Александровна,
ассистент кафедры
адаптивной физической культуры
и физической реабилитации
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
meleshko.kata@mail.ru

Сущность понятия «готовность к научно-исследовательской деятельности» будущих специалистов адаптивной физической культуры

Данная научная работа направлена на теоретическое исследование сущности понятия «готовность к научно-исследовательской деятельности», применимого в подготовке будущих специалистов адаптивной физической культуры. В статье рассмотрено несколько понятий: «научно-исследовательская деятельность», ее цели и задачи в адаптивной физической культуре; понятие «готовность», выделенное различными авторами, основные составляющие готовности к различным видам деятельности; «сущность» готовности.

Общее понятие готовности определяется с точки зрения психологии и педагогики как сложное понятие психолого-педагогической направленности. Все психологические аспекты связаны с мотивацией и личностными качествами студентов, а педагогические – с достижением данных психологических аспектов, с пониманием и самооцениванием самого будущего специалиста, обусловлены они предшествующим опытом и ориентированностью к определенному виду деятельности. Сущность готовности можно обозначить как сформированность готовности рассматривать ее с различных аспектов подготовки.

Ключевые слова: научно-исследовательская деятельность; научные цели и задачи; понятие «готовность»; подготовка будущих специалистов; адаптивная физическая культура.

Современные тенденции развития образования в Российской Федерации отражают необходимость подготовки будущих специалистов к научно-исследовательской деятельности – к такому выводу мы приходим при рассмотрении на законодательном уровне в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» и в федеральных государственных стандартах образования различных направлений подготовки.

При рассмотрении федеральных государственных образовательных стандартов Российской Федерации в направлениях подготовки 49.03.02 и 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура (АФК))» уровни образования бакалавриата и магистратуры, требования к подготовке студентов включают в себя различные задачи: педагогические, реабилитационные, научно-исследовательские. Причем задачи и деятельность, ориентированная на научные исследования, должны быть направлены на:

- интеллектуальное саморазвитие и самореализацию студентов;
- поиск научного знания, через практическую деятельность в процессе подготовки в учебных учреждениях;
- анализ и выбор методов исследования, принятых в науке, но строящихся на основе специализации (АФК);
- умение интерпретации полученных данных;
- творческий подход к представлению собственных исследований на практических занятиях, научных мероприятиях и в научных работах, статьях [5; 6; 10; 11].

Таким образом, мы выделили цель исследования – теоретически разобрать и обосновать понятия «научно-исследовательская деятельность», «готовность» и «сущность» готовности к научно-исследовательской деятельности как основной критерий подготовки будущих специалистов адаптивной физической культуры.

Для достижения нашей цели необходимо рассмотреть последовательно несколько определений:

- понятие «научно-исследовательская деятельность» в высших учебных учреждениях, ее цели и задачи в адаптивной физической культуре;
- понятие «готовность» как ключевое в нашем исследовании;
- определить «сущность» готовности как основной критерий подготовки.

Первым рассмотрим понятие научно-исследовательской деятельности в высших учебных учреждениях, ее цели и задачи в адаптивной физической культуре.

Понятие «научно-исследовательская деятельность» авторы трактуют по-разному:

- интеллектуальная составляющая, направленная на приобретение и применение новых знаний для решения теоретических и практических проблем в процессе обучения в вузе (А. Л. Мазалецкая, 2011);
- деятельность, которая выступает в качестве воспитательной среды и средства развития у обучающейся молодежи творческого потенциала; создание оптимальных условий для развития ценностно-смысловой сферы личности и воспроизводства кадров нового поколения (З. А. Демченко, 2013);
- интеллектуальная составляющая, направленная на приобретение и применение новых знаний для решения теоретических и практических проблем в процессе обучения в вузе с применением творчества (Е. А. Мелешко, 2021) [6; 8].

Цели и задачи данной деятельности в адаптивной физической культуре, по нашему мнению, должны быть направлены на:

- определение актуальных вопросов в сфере адаптивной физической культуры, адаптивного спорта и физического развития (обучение и воспитание лиц с ОВЗ и инвалидностью различных возрастных категорий с учетом их психолого-педагогических особенностей);
- проведение научных исследований, эффективности различных способов деятельности в сфере адаптивной физической культуры и ее основных видов с использованием современных методов исследования (расширение взаимосвязей педагогической науки, физической культуры и спорта с адаптивной и коррекционной работой);
- осуществление научного анализа, обобщение, оформление и презентации результатов собственных экспериментальных исследований [5; 8].

Далее рассмотрим понятие «готовность», данное определение рассматривается как рядом авторов, так и в словарях, приведем некоторые из них:

- «Состояние, при котором все сделано, все готово» (С. И. Ожегов) [9];
- «Состояние мобилизации всех психофизиологических систем человека, обеспечивающих эффективное выполнение определенных действий» (Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко) [2].

Е. Ю. Трояк считает, что по анализу словарных определений «готовность» является динамическим процессом формирования готовности, обращает внимание на то, что готовность можно обозначить как:

- готовность к действию (обеспечение возможностей);
- подготовить – или же подготовленность (состояние, годное для какого-либо действия);
- «привести в готовность» (активировать) [13, с. 16–18].

В научных работах различных авторов «готовность» рассматривается как разнонаправленные аспекты психолого-педагогической подготовки:

- специфическое психическое направление личности (М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович, 1976);
- особое психическое состояние, обеспечивающее высокую дееспособность (К. К. Платонов, 1981);
- приобретение определенных способностей к той или иной деятельности (Б. Г. Ананьев, 2002);
- в качестве определенной установки (Н. Д. Узнадзе, 2004);
- способность эффективно и результативно выполнять различные виды деятельности (Е. В. Шавыркина, Т. И. Шукшина, 2011);
- единство свойств личности, устойчивая характеристика личности (О. И. Мельниченко, 2018);
- компетенция студентов к определенному виду деятельности (В. А. Варданын, 2019);
- уровень профессионального мастерства педагога, который включает в себя овладение стандартами профессионально-педагогического образования (В. Ю. Руденко, 2022).

Авторы М. И. Дьяченко и Л. А. Кандыбович (1976) понимают «готовность» как целенаправленное самовыражение личности, которое объединяет ее взгляды, мотивы, волевые и интеллектуальные качества, знания и опыт, направленность на определенное поведение, которые свидетельствуют о психологической готовности. «Готовность», по их мнению, выступает как психическое состояние, как настрой личности на выполнение определенного рода деятельности [4, с. 38].

К. К. Платонов (1981) трактует понятие «готовность» как особое психическое состояние, которое обеспечивает высокую дееспособность, или как «психическое состояние, занимающее промежуточное положение между психическими процессами и свойствами личности, образуя функциональный уровень, на фоне которого развиваются процессы, необходимые для обеспечения результативности профессиональной деятельности. Отмечает, что потребность является видом психологической готовности, который обусловлен профессиональным развитием. Таким образом, автор различает общую готовность и особенную психологическую готовность.

В структуре готовности автор выделяет три взаимосвязанные стороны: моральную, психологическую и профессиональную готовности. Определяет качества, характеризующие моральную готовность, к социально-обусловленной стороне личности; психологическую – к стороне, объединяющей индивидуальные особенности психических процессов; профессиональную – к опыту личности в профессиональной деятельности [10, с. 31].

Научные работы Б. Г. Ананьева (2002) определяют понятие «готовность» как сложный комплекс проявлений личности, без которой невозможно выполнение любой деятельности. Готовность рассматривается как наличие и развитие специфических способностей личности, как понятие психолого-педагогическое, основное воздействие при формировании которого определяется педагогом-наставником [1, с. 75–77].

Д. Н. Узнадзе (2004) описывает «готовность» как психическое состояние личности, акцентирует внимание, что в случае наличия потребности обучающийся ищет возможности ее удовлетворения, и в нем возникает специфическое состояние, которое автор характеризует как установку – готовность [14, с. 190].

Е. В. Шавыркина и Т. И. Шукшина (2011) рассматривают «готовность» как способность будущих специалистов эффективно и результативно выполнять различные виды деятельности [15, с. 203].

Формирование готовности будущих педагогов к управленческой деятельности с учетом ее основных структурных компонентов рассматривала О. И. Мельниченко (2018). Понятие «готовность» автор определяла как психологическую составляющую единства свойств личности с устойчивой характеристикой личности, выделяла личностные и профессионально значимые качества педагога, реализуемые через две основные составляющие: мотивационно-личностную; исполнительскую [7, с. 148].

В. А. Варданян (2019) в общетеоретическом аспекте определяет «готовность» основным условием для успешной реализации деятельности [3, с. 4].

«Готовность» как качественную характеристику уровня подготовки личности студента рассматривала В. Ю. Руденко. При этом обосновывала ее как уровень профессионального мастерства педагога с учетом овладения федеральными государственными стандартами профессионально-педагогического образования [11, с. 124].

А. Г. Стригунова отмечает, что в структуре «готовности» с психологического восприятия определения ее принято выделять следующие компоненты: интеллектуальная, личностная, социально-психологическая и волевая готовность [12, с. 1298].

Исходя из проведенного анализа понятия «готовность», можем отметить, что не существует единого определения данного понятия, различные авторы рассматривают его как сложное понятие психолого-педагогической направленности. При этом психологические аспекты связаны с мотивацией и личностными качествами студентов, а педагогические связаны с достижением данных психологических аспектов с пониманием и самооцениванием самого будущего специалиста, обусловлены они предшествующим опытом и ориентированностью к определенному виду деятельности.

Далее рассмотрим понятие «сущность» готовности как основной критерий подготовки будущих специалистов адаптивной физической культуры.

Сущность готовности можно обозначить как сформированность готовности, рассматривать ее с различных аспектов подготовки.

Сформированность готовности к научно-исследовательской деятельности возможна при следующих условиях:

- творческая активность (формирование и развитие познавательных интересов);
- мотивация (обеспечение надлежащим уровнем);
- расширение диапазона знаний (активное включение студентов в научно-исследовательские группы).

Сущность готовности к научно-исследовательской деятельности будущих специалистов мы рассматриваем как компетентность будущих специалистов:

- совокупность умений, позволяющих обучающемуся включаться в профессиональную среду;
- применение практико-ориентированного опыта, накопленного в процессе обучения;
- возможность самопоиска научного знания в собственных работах;
- необходимость выполнения самостоятельного научного поиска в процессе обучения.

В заключение можно обобщить ряд выводов.

Во-первых, научно-исследовательская деятельность будущих специалистов адаптивной физической культуры является интеллектуальной составляющей, направленной на приобретение и применение новых знаний для решения теоретических и практических проблем в процессе обучения в вузе с применением творчества.

Во-вторых, цели и задачи данной деятельности в адаптивной физической культуре направлены на определение актуальных вопросов в сфере адаптивной физической культуры, адаптивного спорта и физического развития, проведение научных исследований (расширение взаимосвязей педагогической науки, физической культуры и спорта с адаптивной и коррекционной работой), осуществление научного анализа.

В-третьих, единого понятия «готовность» в педагогической науке не существует, различные авторы рассматривают его как сложное понятие психолого-педагогической направленности. Мы согласимся с Е. В. Шавыркиной, Т. И. Шукшиной в том, что «готовность» – это способность эффективно и результативно выполнять различные виды деятельности, но уточним, что научно-исследовательская деятельность будет связана с потребностью самореализации студентов через самостоятельный поиск ответов на научные вопросы.

В-четвертых, компоненты, составляющие готовность, всегда зависят от конкретной деятельности, но некоторые являются универсальными (положительное отношение к выполняемой деятельности, определенные значимые черты характера, знания, умения, навыки и др.).

Таким образом, «готовность» к научно-исследовательской деятельности – способность эффективно и результативно выполнять

научно-исследовательскую деятельность, с творческими составляющими и мотивацией к саморазвитию.

«Сущность» готовности можно обозначить как сформированность готовности, рассматривать ее с различных аспектов подготовки.

«Сущность» готовности к научно-исследовательской деятельности будущих специалистов адаптивной физической культуры мы рассматриваем как компетентность – совокупность умений, приобретаемых специалистами в процессе обучения; применение полученного личного опыта; возможность самопоиска научного знания в собственных работах.

Список литературы

1. **Ананьев, Б. Г.** О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – 2-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 272 с. – ISBN 5-272-00289-X.
2. **Большой психологический словарь** / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак ; Москва : ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 666 с. – ISBN 5-93878-086-1.
3. **Варданын, В. А.** Сущность и структура готовности к профессиональному самоопределению подростков / В. А. Варданын, А. П. Русяев // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – Т. 7, № 5. – С. 1–7.
4. **Дьяченко, М. И.** Психологические проблемы готовности к деятельности / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. – Минск : Изд-во БГУ, 1976. – 176 с.
5. **Клименко, И. В.** Формирование ключевых исследовательских компетенций у студентов адаптивной физической культуры / И. В. Клименко // Инновационные технологии в технике и образовании : материалы XIII Междунар. науч.-практ. конф. (Чита, 14–15 дек. 2021 г.) / отв. ред. М. И. Мелихова. – Чита, 2021. – ISSN 2542-0046. – С. 62–66.
6. **Мелешко, Е. А.** Понятие «готовность» и структура научно-исследовательской деятельности у бакалавров адаптивной физической культуры / Е. А. Мелешко // Вестник Луганского государственного университета имени Владимира Даля. – 2021. – № 9. – С. 149–153.
7. **Мельниченко, О. И.** Проблема формирования готовности будущих педагогов к управленческой деятельности в рамках реализации их профессиональной подготовки в высшей школе / О. И. Мельниченко // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 60(1). – С. 247–250.
8. **Научно-исследовательская деятельность студентов** высших учебных заведений в России (1950–2000 гг.): исторические предпосылки, концепции, подходы : монография / З. А. Демченко ; Северный (Арктический) федер. ун-т им. М. В. Ломоносова. – Архангельск : ИПЦ САФУ, 2013. – 256 с. – ISBN 978-5-261-00797-5.
9. **Ожегов, С. И.** Словарь русского языка: 53 000 слов / С. И. Ожегов ; под общ. ред. Л. И. Скворцова. – 24-е изд., испр. – Москва : ОНИКС : Мир и Образование, 2007. – 1200 с. – ISBN 978-5-488-00917-2.
10. **Платонов, К. К.** Краткий словарь системы психологических понятий : [учеб. пособие для инж.-пед. работников проф. тех. обр.] / К. К. Платонов. – Москва : Высш. школа, 1981. – 175 с.
11. **Руденко, В. Ю.** Содержание понятия готовности бакалавров адаптивной физической культуры к педагогической деятельности / В. Ю. Руденко //

- Луганский государственный университет имени Владимира Даля. – 2022. – № 6(60). – С. 122–125.
12. **Стригунова, А. Г.** Сущность готовности ребенка к школьному обучению: характеристика основных понятий проблемы / А. Г. Стригунова // Молодой ученый. – 2016. – № 10(114). – С. 1296–1299.
13. **Трояк, Е. Ю.** Формирование готовности курсантов МЧС России к научно-исследовательской деятельности в процессе профессиональной подготовки : спец. 13.00.08 «Теория и методика проф. образования» : дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук / Трояк Евгения Юрьевича ; Красноярский гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева. – Красноярск, 2019. – 194 с.
14. **Узнадзе, Д. Н.** Общая психология / Д. Н. Узнадзе ; пер. с груз. Е. Ш. Чомахидзе ; под ред. И. В. Имедадзе. – Москва : Смысл ; Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2004. – 413 с. – ISBN 5-89357-121-5.
15. **Шавыркина, Е. В.** Проблема формирования готовности студентов педвуза к деятельности по предупреждению игровой (компьютерной) зависимости младших школьников / Е. В. Шавыркина, Т. И. Шукшина // Вестник Нижегородского государственного лингвистического университета имени Н. А. Добролюбова. – 2011. – № 15. – С. 198–206.

Meleshko E. A.

The essence of the concept of «readiness» for research activities of future specialists of adaptive physical education

This scientific work is aimed at the theoretical study of the «concept» and «essence» of readiness for research activities, applicable in the training of future specialists of adaptive physical culture. The article considers several concepts: research activity, its goals and objectives in adaptive physical culture, the concept of «readiness» highlighted by various authors, the main components of readiness for various types of activities, the «essence» of readiness. The general concept of readiness is defined from the point of view of psychology and pedagogy as a complex concept of psychological and pedagogical orientation. All psychological aspects are related to the motivation and personal qualities of students, and pedagogical aspects are related to the achievement of these psychological aspects with the understanding and self-assessment of the future specialist himself, they are due to previous experience and orientation to a certain type of activity. The essence of readiness can be described as the formation of readiness.

Key words: research activities; scientific goals and objectives; the concept of «readiness»; training of future specialists; adaptive physical education.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Абакуменко Дарья Юрьевна, старший преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Богданова Елена Виталиевна, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат педагогических наук, г. Луганск, ЛНР

Бочеров Александр Сергеевич, учитель физической культуры ГУ ЛНР «ЛУВК „Интеллект“», специалист 1-ой категории, г. Луганск, ЛНР

Бурлакова Татьяна Леонидовна, старший преподаватель кафедры физического воспитания Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Васецкая Наталия Валерьевна, старший преподаватель кафедры физического воспитания Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Драгнев Юрий Владимирович, доцент кафедры теории и методики физического воспитания Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат педагогических наук, доцент, г. Луганск, ЛНР

Дюбина Елена Владимировна, преподаватель кафедры физического воспитания Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Ерёменко Игорь Владимирович, старший преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Завадич Валентина Николаевна, доцент кафедры теории и методики физического воспитания Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат педагогических наук, доцент, г. Луганск, ЛНР

Загной Татьяна Владимировна, доцент кафедры спортивных дисциплин Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Клименко Ирина Викторовна, профессор кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат медицинских наук, доцент, г. Луганск, ЛНР

Кострыкин Владлен Ярославович, старший преподаватель кафедры физического воспитания Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Крайнюк Ольга Поликарповна, доцент кафедры спортивных дисциплин Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат педагогических наук, г. Луганск, ЛНР

Крещук Елена Петровна, старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Мелешко Екатерина Александровна, ассистент кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», г. Луганск, ЛНР

Петров Василий Васильевич, старший преподаватель кафедры физической подготовки Луганского филиала Воронежского института МВД России, г. Луганск, ЛНР

Попелухина Светлана Владимировна, старший преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат педагогических наук, г. Луганск, ЛНР

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ АВТОРОВ

Сборник научных трудов «Вестник Луганского государственного педагогического университета» (Свидетельство № ПИ 000196 от 22 июня 2021 г.) основан в 2015 г.

Учредитель и издатель сборника – ФГБОУ ВО «ЛГПУ».

Научный сборник является периодическим печатным научным рецензируемым изданием, имеющим сериальную структуру. На страницах сборника публикуются научные работы, освещающие актуальные проблемы отраслей знания и относящиеся к отдельным группам научных специальностей. С 2016 г. издаются серии: «Педагогические науки. Образование», «Физическое воспитание и спорт», «Филологические науки. Медиакommunikации», «Биология. Медицина. Химия», «Гуманитарные науки. Технические науки».

Редакция сборника публикует научные работы, отвечающие правилам оформления статей и других авторских материалов, принятых в издании.

Авторские рукописи, подаваемые для публикации в выпусках серий, должны соответствовать их научному направлению и отличаться высокой степенью научной новизны.

Материалы могут подаваться на русском языке. Допускается публикация на английском языке. В таком случае авторы должны предоставлять развернутую русскоязычную аннотацию (до 2 тыс. знаков). Статьи публикуются на языке оригинала.

Публикация научных материалов осуществляется при условии предоставления авторами следующих документов:

1. Авторская заявка/согласие на публикацию авторских материалов.
2. Текст научной статьи (научного обзора, научного сообщения, открытой научной рецензии, публикация по материалам научных событий, информация об отечественных и зарубежных научных школах, персоналиях), соответствующий тематике серии сборника.
3. Рецензия на статью, подготовленную аспирантом или соискателем ученой степени кандидата наук, подписанная научным руководителем или заведующим кафедрой, на которой выполняется диссертационное исследование. Рецензия должна объективно оценивать научную статью и содержать всесторонний анализ ее научных достоинств и недостатков.

Заявка и научная статья или другие авторские материалы направляются в редакцию серии в электронном виде. Электронный вариант статьи представляется вложением в электронное письмо. Авторская заявка с подписью автора(-ов), рецензия на статью подаются в отсканированном виде. Названия предоставляемых файлов должны соответствовать фамилии автора(-ов) и названию документов.

Рукописи статей проходят процедуру макетирования. Все элементы статьи должны быть доступны для технического редактирования и отвечать техническими требованиями, принятым в издании.

Материал для опубликования предоставляется в текстовом редакторе Microsoft Word и сохраняется в текстовом формате, полностью совместимом с Word 97–2003. Рукопись должна иметь ограниченный объем 7–12 страниц машинописного текста (0,3–0,5 авторского листа; 12–20 тыс. печатных знаков

с пробелами) включая аннотацию, иллюстративный и графический материал, список литературы.

Формат страницы А4; книжная ориентация; поля: левое 3 см, верхнее 2 см, правое 1,5 см, нижнее 2 см; гарнитура Times New Roman; цвет текста – черный; размер шрифта 14 кегль; интервал 1,5; выравнивание по ширине текста. Абзац выделяется красной строкой, отступ 1,25. Текст печатается без переносов, соблюдается постановка знаков дефиса (-) и тире (–), а также типографских кавычек (« »), в случае использования двойных кавычек внешними являются кавычки (« ») «елочки», внутренними – (, “) «лапки»).

Выравнивание отступа с помощью табуляции и пропусков не допускается. Уплотнение интервалов, набор заголовка в режиме Caps Lock, использование макросов и стилевых оформлений Microsoft Word запрещено.

В тексте статьи ссылки нумеруются в квадратных скобках, где первый номер указывает на источник в списке литературы, последующие – на страницы источника или другие источники, в таком случае номера источников отбиваются знаком (;). Например, [3, с. 65]; [4; 7; 9]; [2, т. 3, с. 41–44]; [1, с. 65; 3, с. 341–351]. Размещение в тексте прямых цитат без сносок не допускается. Сноски вниз страницы не выносятся.

При написании фамилий и инициалов используется следующее правило: инициалы печатаются через точку без пробела, инициалы от фамилии отбиваются неразрывным пробелом (Ctrl + Shift + «пробел»). Например, М. А. Крутовой. Согласно стилю оформления научной публикации предпочтительнее сначала указывать инициалы ученого, а затем его фамилию.

В качестве иллюстраций статей принимается не более 4 рисунков. Они должны быть размещены в тексте статьи в соответствии с логикой изложения. В тексте должна иметься ссылка на конкретный рисунок, например, (Рис. 2). Каждый рисунок следует создавать в отдельном файле, а затем вставлять в статью с помощью функции «вставка» с обтеканием текстом. Не допускается выход рисунков за границы текста на поля. Все рисунки должны обеспечивать простое масштабирование с сохранением взаимного расположения всех элементов и внутренних надписей. Не допускается составление рисунка из разрозненных элементов. Запрещены рисунки, имеющие залитые цветом области.

Схемы выполняются с использованием штриховой заливки или в оттенках серого цвета; все элементы схемы (текстовые блоки, стрелки, линии) должны быть сгруппированы. Каждый рисунок должен иметь порядковый номер, название и объяснение значений всех кривых, цифр, букв и прочих условных обозначений. Электронную версию рисунков следует сохранять в форматах jpg, tif.

Каждую таблицу необходимо снабжать порядковым номером и заголовком. Таблицы следует предоставлять в текстовом редакторе Microsoft Word, располагать в тексте статьи в соответствии с логикой изложения. В тексте статьи необходимо давать ссылку на конкретную таблицу, например, (Табл. 2). Все графы в таблицах должны быть озаглавлены. Одновременное использование таблиц и графиков (рисунков) для изложения одних и тех же результатов не допускается. В таблицах допускается использование меньшего кегля, но не менее 10.

Текст научной статьи должен иметь следующую структуру:

1. Индекс УДК (универсальной десятичной классификации публикуемых материалов) выставляется без абзаца.

2. Фамилия, имя и отчество (полностью), ученая степень, звание, должность автора(-ов), название учебного заведения или научной организации, в которой выполняется диссертационное исследование, электронный адрес автора(-ов).

3. Заголовок статьи. Заголовок должен быть информативным и содержать только общепринятые сокращения; набираться строчными буквами жирным шрифтом, без разбиения слов переносами, с выравниванием по центру строки, без абзацного отступа, без точки в конце.

4. Аннотация. Описывает цели и задачи проводимого исследования, а также возможности его практического применения. Аннотация на русском языке помещается в начале статьи, на английском – в конце. Аннотация должна быть написана от третьего лица и содержать фамилию и инициалы автора(-ов), заголовок статьи, ее краткую характеристику. Рекомендуемый объем аннотации 3–4 предложения; 40–60 слов; 500 знаков. Англоязычная аннотация должна выполняться на профессиональном английском языке.

5. Ключевые слова (5–7 слов / словосочетаний, определяющих предметную область научной статьи) на русском языке (располагаются после аннотации на русском языке) и английском (размещаются после аннотации на английском языке). В перечне ключевых слов должны быть представлены общенаучные или профильные термины, упорядоченные от наиболее общих к более конкретным.

6. Вводная часть статьи, постановка проблемы, цель статьи, представление новизны излагаемых в статье материалов.

7. Данные о методике проводимого исследования.

8. Экспериментальная часть, анализ, обобщение, описание и объяснение полученных данных. По объему – занимает центральное место в статье.

9. Выводы и рекомендации, перспективы развития поставленной проблемы.

10. Список литературы, представленный в алфавитном порядке в виде нумерованного списка. В статье рекомендуется использовать не более 10 литературных источников. Заголовок «Список литературы» набирается строчными буквами, с выравниванием по центру строки, без абзацного отступа, без точки в конце и ниже с выравниванием по ширине приводится приставный нумерованный список литературы. Фамилии и инициалы авторов набираются полужирным шрифтом, библиографическое описание источника обычным.

Каждый новый структурный элемент статьи не нужно нумеровать, выделять, называть. Изложение материала статьи должно быть последовательным, логически завершенным, с четкими формулировками, исключая двойное толкование или неправильное понимание информации. Оформление текста должно соответствовать литературным нормам, быть лаконичным, тщательно выверенным.

К публикации принимаются научные статьи, выполненные в строгом соответствии с техническими требованиями к оформлению статей и других авторских материалов. Текстовые принципы построения научной статьи могут варьироваться в зависимости от тематики и особенностей проводимого

исследования. Материалы, не отвечающие основным предъявляемым требованиям, к рассмотрению не принимаются. Рукописи статей, сопроводительные документы как опубликованных, так и отклоненных авторских материалов авторам не возвращаются.

Авторы научных статей несут всю полноту ответственности за достоверность сведений, авторскую принадлежность представленного материала, точность цитирования и ссылок на официальные документы и другие источники, приведенные инициальные сокращения.

Редакционная коллегия оставляет за собой право отбора присланных материалов, их рецензирования и редактирования без изменения научного содержания авторского варианта. Принятые к публикации научные статьи включаются в очередной номер журнала в порядке поступления.

Редакция не принимает к публикации статьи, опубликованные ранее в других изданиях. Публикация статьи в сборнике не исключает ее последующего переиздания, однако, в таком случае необходимо приводить ссылку на «Вестник Луганского государственного педагогического университета» как на первоисточник.

После выхода в свет печатной версии научного сборника, его полнотекстовые электронные копии размещаются в базе данных Научной библиотеки, а также на официальном сайте Луганского государственного педагогического университета в формате pdf. Электронные материалы могут копироваться по электронным сетям и распечатываться авторами для индивидуального пользования с указанием выходных данных сборника.

Согласие автора на публикацию статьи, данное в заявке, рассматривается и принимается редакцией сборника как его согласие на размещение предоставленных авторских материалов в свободном электронном доступе.

В заявке авторы должны подать следующую информацию:

1	Полное название статьи	
<i>Заполняется каждым автором</i>		
	ФИО (полностью)	
2	Учёная степень, звание	
3	Название организации (вуз, кафедра, лаборатория, отдел), которую представляет автор (в именительном падеже), должность	
4	Страна, город	
5	Контактный номер телефона	
6	Почтовый адрес, индекс	
7	Адрес электронной почты	
8	Авторское согласие на печать и размещение рукописи в электронных базах свободного доступа	Подпись автора

**Редакция Вестника
Луганского государственного
педагогического университета**

Научное издание

Коллектив авторов

ВЕСТНИК

**ЛУГАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Серия 2

Физическое воспитание и спорт

Сборник научных трудов

Главный редактор – **Т. Т. Ротерс**
Редактор серии – **Н. А. Павлова**
Выпускающий редактор – **Г. Г. Калинина**
Корректор – **О. И. Письменская**
Компьютерная верстка – **Т. А. Ковалева**

Подписано в печать 26.12.2023. Бумага офсетная. Гарнитура Times New Roman.

Печать ризографическая. Формат 70×100 1/16. Усл. печ. л. 7,80.

Тираж 18 экз. Заказ № 119

Издатель

ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

«Книга»

ул. Оборонная, 2, г. Луганск, 291011. Тел. : +7 857-2-58-03-20

e-mail: knitaizd@mail.ru