



БелГУ
BELGOROD STATE
UNIVERSITY (BSU)



СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования «Белгородский государственный
национальный исследовательский университет» (НИУ «БелГУ»)

Педагогический институт
Факультет физической культуры

**СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Сборник научных статей по итогам
Международной научно-практической конференции

25 ноября 2022 года



г. Белгород, 2022

УДК 378.147:796
ББК 75p30
С 56

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом Педагогического института НИУ «БелГУ» (протокол № 3 от 24.11.2022)

Рецензенты:

А.Н. Кулиничев, кандидат педагогических наук, доцент,
заместитель начальника кафедры физической подготовки
Бел ЮИ МВД РФ им. И.Д. Путилина;

А.А. Третьяков, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры спортивных дисциплин
Педагогического института НИУ «БелГУ»

С 56

Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта: сборник научных статей по итогам международной научно-практической конференции (г. Белгород, 25 ноября 2022 г.) / под общ. ред. И.Н. Никулина. – Белгород: ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2022. – 810 с.

ISBN 978-5-9571-3168-7

В сборнике материалов конференции представлены работы отечественных и зарубежных учёных, а также молодых исследователей, затрагивающие широкий круг проблемных вопросов: современные тенденции развития физкультурного образования, физической культуры и спорта; актуальные вопросы преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» в учебных заведениях; актуальные вопросы теории и практики физкультурно-оздоровительной деятельности; современные технологии в адаптивной физической культуре; современные технологии подготовки спортсменов; современные физкультурно-оздоровительные технологии; медико-биологические аспекты физической культуры и спорта. Статьи опубликованы в авторской редакции.

УДК 378.147:796
ББК 75p30

ISBN 978-5-9571-3168-7

© НИУ «БелГУ», 2022

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
Факультету физической культуры НИУ «БелГУ» 55 лет! Никулин И.Н., Сокорев В.В.	19
Развитие физической культуры и спорта в НИУ «БелГУ» в 2017-2022 годы Никулин И.Н., Кривченков В.В., Руденко В.В., Хоменко А.Д.	22
ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
Роль плавания в рамках физического воспитания молодежи Ануфриева Е.С., Томащук Я.Ю., Подорванова О.В.	26
Влияние оздоровительного плавания на здоровье людей пожилого возраста Батракова О.О.	27
Цифровые технологии в физической культуре и спорте Веласко Виллависенсио Х.Х., Ходеев Д.А.	30
Создание вариативной системы физического воспитания дошкольников: подходы, риски, проблемы Волошина Л.Н., Панасенко К.Е.	32
Влияние занятий фитнесом на психоэмоциональное состояние женщин 30-40 лет Воронков А.В., Черкова С.В., Обозная Т.С., Школина Т.И.	36
Влияние занятий атлетизмом на физическую подготовленность студенток Герасимова Е.С., Школина Т.И., Бражник Е.А., Воронков А.В., Скачкова А.В.	39
Интеграция – как культурный код опережающего развития студенческого спорта в евразийской парадигме Григорьев В.И.	42
Особенности организации занятий по оздоровительной и рекреационной системе Цигун Джух К.В.	47
Легкая атлетика как одна из основ здорового образа жизни Дурносвистов Е.Г., Клименко С.С.	48
Комплекс «Готов к труду и обороне» как средство духовно-нравственного воспитания учащейся молодежи Емельяненко Ф.В.	50
Теоретические вопросы фитнеса как инновационной технологии физической культуры Жован Г.Ф.	52
Субъективные факторы развития армейского рукопашного боя в СССР Ирхин В.Н., Ольденбургер Р.Ф.	56
Адаптивный характер современной системы дополнительного профессионального образования научно-педагогических кадров в сфере физической культуры Ирхина И.В., Кравец А.О.	59
Моделирование оценки результативности здоровьеориентированных образовательных технологий Карпова К.Ф., Волошина Л.Н.	61
Оздоровительная ходьба как способ повышения двигательной активности Кивер Е.С., Иванова Д.В., Тонкоблатова И.В.	65
Педагогические династии как пример передачи профессионального опыта Климова В.К., Шимохина М.В., Калошина Е.И.	67

Организационно-функциональная структура управления кафедрой физического воспитания и спорта Крамской С.И., Амельченко И.А., Крамской И.С.	70
Возможности укрепления физического здоровья студенческой молодежи Курдюкова С.В.	73
Основные факторы набора мышечной массы мужчин и женщин, занимающихся атлетизмом Махфузов А.У., Воронков А.В., Петрова Д.А., Борзенкова О.М.	75
Вовлечение молодежи в физическую культуру и спорт Мезенцев Д.В., Горелкин С.И., Беляев И.С.	78
Технология определения нормативов физических испытаний Мельников В.Л.	80
Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы Никифоров С.В., Иванников А.С.	83
Изменение показателей функциональной подготовленности мужчин и женщин 20-30 лет Обозная Т.С., Черкова С.В.	86
Особенности проведения мероприятий комплекса ГТО в НИУ «БелГУ» Ричи О.А., Воронков А.В., Гончарук Я.А., Загоруйко Ю.А.	89
Информатизация управления образовательной организацией Савенков Г.И.	93
Йога, как перспективное направление физкультурно-оздоровительной деятельности Семенихина С. С., Шевченко О.Н, Мещерякова Е.Н., Рыльский С.В.	96
Мониторинг деятельности дошкольной образовательной организации по воспитанию культуры питания детей Сергеева К.А., Волошина Л.Н.	99
Применения методики «табата» в оздоровительных тренировках девушек Скрипченко В.Ю., Кадуцкая Л.А., Сова Н.Е., Горелкин С.И.	103
Оздоровительно-рекреативная физическая культура, ее виды и функции Смахтина Е.С., Ходеев Д.А.	107
Современные проблемы методологии исследования истории физической культуры Собянин Ф.И., Макашев Ш.А.	109
Гносеологические аспекты проблемы исследования объектов истории отдельного спортивного единоборства Собянин Ф.И., Макашев Ш.А., Пойдунов А.А., Покотилова А.А., Рахметжанов А.С., Бекетов О.В.	112
Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм как важное направление развития физической культуры в современных условиях Сущева Ю.С.	114
Физическая активность как фактор повышения долголетия Тацияна А.А., Тюнь А.А.	118
Проблемы и перспективы развития экологического туризма в Белгородской области Твердовская А.К., Ильин А.В., Ильина А.С.	121
Искусство анализа - главное средство роста мастерства молодого шахматиста Тулинова Н.А., Куликова И.В., Коровянский А.Г.	124
Оценка состояния здоровья оркестровых музыкантов-исполнителей в процессе их профессиональной деятельности Филиппова Ю.В., Климова В.К.	126

Темы и содержание курсов повышения квалификации для специалистов физического воспитания в Белгородской области Шиловских К.В., Жован Г.Ф.	128
Теоретические основы повышения профессиональной компетентности педагогов дошкольной практики в области оздоровления детей Штольц Ю.М.	131
Теория и методика оздоровительной и психофизической подготовки Ячменев С.П., Иванова А.А.	134
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	
Необходимость совершенствования физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья II вида 7-8 лет с частичной потерей слуха Алексеев Н.Ю., Посохов А.В.	138
Оптимизация развивающей среды посредством внедрения и использования нетрадиционного физкультурного оборудования в оздоровительной коррекционной работе с детьми с нарушением зрения Бовинова Г. В. Никифорова И. В.	140
Анализ технологий в сфере адаптивной физической культуры при работе с детьми с тяжелыми формами нарушений Вакуленко А.А.	144
Особенности тренировочного процесса квалифицированных легкоатлетов г. Белгорода, специализирующихся в метании копья и диска в адаптивном спорте Вдовенков В.М., Тухбатов А.Н., Долженко А.В., Посохов А.В.	146
Игра бочке как средство развития координационных способностей у детей с синдромом Дауна Волынская Е.В., Ковалев В.В.	147
Применение современных технологий в адаптивной физической культуре Дыбов В.Е., Дыбова Н.И.	150
Психолого-педагогическая реабилитация детей с нарушениями функционирования опорно-двигательного аппарата посредством плавания Евсеева Е.В., Волобуева Е.В.	153
Использование современных образовательных технологий на занятиях адаптивной физической культурой в ДОУ Кобелева Т.И.	155
Закрепление и систематизация материала по лексическим темам у старших дошкольников с тяжелыми нарушениями речи на примере авторской дидактической игры «Здоровейка» Коник Е.И.	159
Использование современных технологий в адаптивной физической культуре Коренева М.С., Кондратенко П.П., Криушина В.С., Шевченко А.С., Пересыпкин В.А.	163
Организационно-методические особенности проведения учебно-тренировочных занятий на отделении лёгкой атлетики у слабослышащих детей Костюкова Е.В., Посохов А.В.	166
О некоторых вопросах физической подготовки студентов специального учебного отделения вуза на основе ритмической гимнастики Кутергина А.Н.	169
Применение мини-проектов в практических занятиях и самостоятельных работах при подготовке бакалавров адаптивной физической культуры Мелешко Е.А.	171

Методика развития силовых способностей у пауэлифтеров 18-25 лет, с поражением опорно-двигательного аппарата Меркулин А.С.	173
Применение нетрадиционных средств физической культуры для коррекции показателей психофизиологической адаптации школьников в условиях инклюзивного образования Мищенко И.А.	175
Основные средства и методы в области адаптивных технологий в России и за рубежом Самохвалова Д.А.	180
Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей старшего дошкольного возраста при реализации игровых программ и технологий физического воспитания Сокорев В.В., Сокорева Е.М.	182
Адаптивная физическая культура в процессе по физическому воспитанию в вузе Строголева Л.А.	184
Влияние занятий легкой атлетикой на общее физическое развитие детей с нарушением слуха Шамраева К.В.	187
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	
Принцип индивидуализации в системе подготовки боксеров Аушев Н.Н.	190
Значение физической подготовленности в системе подготовки юных баскетболистов Аушева О.С.	191
Основные направления совершенствования системы спортивной подготовки Аушева О.С., Аушев Н.Н., Писарева А.С.	193
Развитие волейбола на Белгородчине Баева Д.Н., Жилина Л.В.	196
К вопросу о развитии смешанного боевого единоборства в России в 2018-2021 годы Банхаев Т.А., Хевсуриани Г.Г., Руденко Н.Н., Кадуцкий А.А.	199
Совершенствование технической подготовленности пловцов с использованием методов биологической обратной связи Башкатов В.Ю., Агафонов И.В., Чеботарский А.Г., Агошков В.В.	202
Особенности развития скоростно-силовых способностей у волейболистов 10-12 лет Башлыков А.Д., Петренко О.В.	205
Особенности планирования и организации спортивной подготовки полиатлонистов к троеборью с лыжной гонкой Бей Е.Е., Кадуцкая Л.А.	210
Развитие двигательных качеств у юнных футболистов: обзор литературных источников Белов В.К., Шумилов А.Ю., Пыханов А.Н.	213
Развитие физических качеств у футболистов ДЮСШ Богданов Д.О., Лугай Д.Ю., Гордеев К.Ю., Мастеров В. В., Руцкой И.А.	217
Методика развития специальной выносливости квалифицированных самбистов Бражник Е.А., Воронков А.В., Ефремов А.А., Молодых В.А.	220

Развитие скоростно-силовых способностей у юных легкоатлетов Бубнова Н.О., Коренева М.С., Кондратенко П.П., Радуляк В.В., Чуканова Е.К.	222
Анализ значимости физических качеств для футболистов Водопьянов А.Ю., Воронков А.В., Руцкой И.А., Цветов В.И.	225
Повышение физической подготовки юных тхэквондистов Воронин И.Ю., Цветов В.И., Уваров Я.Н.	228
Совершенствование нападающего удара в волейболе Воронина О.В., Дерябина Н.А.	231
Особенности подготовки триатлонистов 13-14 лет в зимний период Германова О.Н.	233
Эффективность применения бережливого производства в спортивных организациях Белгородской области Головина В.А., Спирин М.П., Бывшева Д.В.	236
Значимость упражнения «жонглирование мяча» для развития координационных и технических способностей у футболистов групп начальной подготовки Гордеев К.Ю., Лутай Д.Ю., Мастеров В.В., Руцкой И.А., Бессонов А.С.	239
Адаптация в высокогорных условиях. Горная болезнь Горошанская А.А., Ильин А.В.	240
Специальные упражнения на занятиях единоборствами Горпинка М.И., Шibaев Н. А., Политаев А.Ю.	243
Что такое чирлидинг в наше время Григорович С.А.	244
Мотивация к победе детей, занимающихся спортом Груздева Н.А., Замчевская Е.С.	246
Развитие спортивной культуры личности юных спортсменов Демьянова Л.М., Мавропуло О.С.	248
Легкая атлетика как составляющая подготовки в хоккее Донченко М.Р.	252
Роль специально беговых упражнений в легкой атлетике Дубровский С.В. Кондратенко П.П. Дубровская Л.А. Нерубенко В.К.	253
Методические особенности силовой подготовки пловцов Дыбов В.Е., Аракелян Д.Г., Ходеев Д.А., Писарева П.С.	255
Значение служебно-прикладных видов спорта в деятельности сотрудников ОВД Ермоленко С.А.	258
Воспитание в спортивном туризме Жданова Я.С., Рыльский С.В., Ковалев С.В., Ильина А.С.	259
Специальная физическая подготовка волейболистов 14-15 лет Жилина Л.В., Баева Д.Н., Кмельянова М.К., Марченко М.А.	262
Влияние лыжного спорта на сердечно-сосудистую систему растущего организма Зайцев В.В.	265
Исследование проблемы занятий младших школьников в спортивных секциях в Белгороде Замчевская Е.С.	268
Влияние спорта на психологическое состояние человека Захарова М.Д.	270
Использование бегового парашюта как средство оптимизации тренировочного процесса легкоатлетов Зинченко Д.С.	272
Методические приёмы в игре претендента на шахматную корону Яна Непомнящего Иванов М.В., Коровянский, А.Г., Куликов И.А., Манин О.Ю.	274

Развитие скоростно-силовых способностей у боксеров Кадуцкий А.А., Холоденко В.В., Васюк Д.В.	276
Совершенствование точности ударов по воротам в подготовке футболистов Калмыков М.Л., Лукашевич В.В., Марковская О.С.	279
Популяризация армрестлинга в Российской Федерации Каххаров Т.Х., Коренева М.С., Кондратенко П.П., Белоусова И.Н.	282
Особенности и различия подготовки спортсменов туристов на дистанциях в природной среде и на искусственной рельефе в закрытых помещениях Ковалев С.В., Рыльский С.В., Рыльский Н.С.	284
Пути повышения эффективности двигательной деятельности в мини-футболе Коновалов В.В., Руцкой И.А., Лутай Д.Ю., Тимофеев В.К., Кондратенко П.П.	288
Влияние пубертатного периода на баскетболисток в возрасте от 14 до 15 лет Конькова В.Д., Коренева М.С., Кондратенко П.П., Коренева А.П.	290
Развитие специальной выносливости у легкоатлетов Коробова А.А., Амурская О.В.	292
Главные направления совершенствования мастерства молодых шахматистов Коровянский А.Т., Куликов И.А., Манин О.Ю.	295
Обучение девочек 6-7 лет технике выполнения прыжковых упражнений в эстетической гимнастике Короленко К.И., Николаева Е.С., Моргун Е.В., Шатная В.А.	297
Некоторые пути повышения точности ударов по воротам юными футболистами Криворучко М.Э., Степанов А.О., Кулиев Д.О., Руцкой И.А.	300
Экспериментальная методика тактической подготовки юных самбистов Куванов В.А., Куванов Я.А.	302
Конфликты в спортивной среде. Способы выхода из конфликтных ситуаций. Куксар В.А., Сониная Н.В.	304
«Гибкий путь» женского дзюдо Кутергин Н. Б., Коруковец А.П., Першин А.Ю.	307
Формирование скоростных способностей футболистов 14-15 лет средствами лёгкой атлетики Лутай Д.Ю., Гордеев К.Ю., Мастеров В.В., Руцкой И.А., Богданов Д.О.	310
Особенности проявления и развития скоростных способностей в единоборствах Мальков А.В., Воронков А.В., Агапов Н.И., Бражник Е.А., Морозов А.А.	313
Как повысить точность ударов по воротам футболистов в возрасте 14-15 лет Матвеев Д.М., Степанов А.О., Руцкой И.А., Тимофеев В.К.	316
Анализ результативности выступлений спортсменов отделения кикбоксинга МБУДО ДЮСШ № 4 на официальных соревнованиях в 2021-2022 учебном году Матющенко А.Д., Дубина Г.Н., Козлова Ю.Н., Булгакова О.А.	317
Методика закрепления полученных знаний по спортивному ориентированию Мерзликина В.А., Рыльский С.В., Гостищева С.В., Кулаева О.А.	321
Методика развития координационных способностей у студенток, занимающихся спортивной гимнастикой Миронова Т.А., Кадуцкая Л.А., Коник А.А., Чавыкина Л.В.	323
Современное состояние и перспективы развития спортивной подготовки на примере шахматной секции Молодкова В.В., Вознюк Б.И.	326
Подготовка девочек 6-7 лет к выполнению комбинированных равновесий в художественной гимнастике Моргун Е.В., Николаева Е.С.	329

Исследование использования предметов художественной гимнастики для повышения эффективности физической подготовленности девочек 7–8 лет	
Нарожная Ю.Г., Николаева Е.С.	331
Исследование динамики силы тяги в воде у квалифицированных пловцов	
Нестерова М.В., Башкатов В.Ю., Зеленкевич С.М., Макушкин А.С.	336
Организация подготовки групп спортивного совершенствования в ведомственных вузах МВД России	
Никифоров С.В., Кудрявцева В.В.	340
Методика развития гибкости у девочек, занимающихся чир спортом	
Николаева Е.С., Васильева Ю.С., Школина Т.И., Миронова Т.А.	342
К вопросу об использовании нестандартного оборудования в силовой подготовке занимающихся спортивными единоборствами	
Никулин И.Н., Меркер Н.В., Руденко Н.Н., Каплун И.И.	345
Особенности проектирования электронной экспертной системы сопровождения тренировочного процесса в армрестлинге	
Никулин Э.И., Никулин И.Н., Ломакин В.В., Путивцева Н.П.	348
Особенности развития выносливости в футболе	
Петренко О.В., Костенников А.Н., Ермоленко А.П., Съедин Я.Н.	353
Особенности развития физических качеств юных пловцов	
Писарева А.С.	355
Особенности тактической подготовки пловцов на средние дистанции	
Писарева П.С., Миронова Т.А., Закурдаев А.С., Сокорев В.В.	357
Отличительные особенности методики силовой тренировки в спорте и фитнесе	
Плаксина Д. Г., Рыльский С. В., Кожанова Л.И., Ильин А.В.	361
Спортивные бальные танцы. характеристика латиноамериканской программы	
Подорванов А.Ю., Амурская О.В.	367
Современные технологии подготовки специалистов в сфере спортивной и профессиональной деятельности	
Попов А.В.	370
Особенности технической подготовки юных футболистов	
Ращектаев Д.В., Амурская О.В., Адонин А.А.	373
История развития акробатики и ее значение в Белгородской области	
Родченкова Е.М., Рыльский С.В.	375
Развитие гибкости у фигуристов на тренировочном этапе	
Романова В.А., Посохов А.В.	379
Некоторые пути повышения эффективности соревновательной деятельности у юных игроков в футболе и мини-футболе	
Руцкой И.А., Лугай Д.Ю., Гордеев К.Ю., Мастеров В.В., Жилмостных Д.В.	381
Разработка электронной системы планирования тренировок в спортивных единоборствах	
Никулин Э.И., Никулин И.Н., Ломакин В.В., Ручнов А.М.	383
Эффективность цифровизации в оптимизации и наглядности учебного процесса в образовательной деятельности	
Савенков Г.И.	387
Вклад мышц рук и туловища в результат преодоления дистанции свободным стилем у лыжников-гонщиков	
Самборский А.Г., Восковский С.А.	390
Использование средств фитнеса в процессе физической подготовки в велоспорте-маунтинбайке	
Свешникова И.А., Рыльский С.В.	392

Развитие общей выносливости у спортсменов-туристов Соколов Р.А., Рыльский С.В., Соколова Е.В., Клестов А.И.	394
Система подготовки судей по футболу в Белгородской области Сокорев В.В., Руцкой И.А., Тимофеев В.К., Кондратенко П.П., Коновалов В.В.	397
Особенности подготовки легкоатлетов-новичков нефизкультурных вузов, специализирующихся в беге на средние дистанции Сопина Д.С.	399
Систематизация подготовки футболистов 12-13 лет к краткосрочным соревнованиям Степанов А.О., Криворучко М.Э., Кулиев Д.О., Руцкой И.А.	402
Содержание спортивной подготовки футболистов Стрелкова Я.А., Рубанов Д.В., Амурская О.В.	406
Влияние занятий спортивной гимнастикой на дальнейшую спортивную специализацию спортсменов Сушкова Ю.Р., Николаева Е.С.	409
Физическая подготовка кикбоксеров Сылка Н.Г., Амурская О.В., Атаманиченко А.А.	411
Обучение передвижениям в волейболе Токарь М.В., Кайдалова И.Н., Толмачев Г.Ю	413
Особенности подготовки спортсменов в мотокроссе Толстов А.А., Воронков А.В., Жилина Л.В.	415
Совершенствование физической подготовки юных футболистов Уваров Я.Н., Воронин И.Ю., Воронина О. В., Цветов В.И.	419
Методика обучения базовым элементам катания на коньках девочек 6-7 лет Фенюк А.В., Николаева Е.С., Миронова Т.А., Дыбов В.Е.	421
Некоторые особенности психолого-педагогического сопровождения детей занимающихся спортом Фенюк А.В., Николаева Е.С., Миронова Т.А., Коник А.А.	424
Инновационная методика развития специальной выносливости у футболистов 15-16 лет Ханкишиев Э.Н., Кондратенко П.П., Коренева М.С., Горяинов Р.С.	430
Методика развития физических качеств дзюдоистов младшего школьного возраста на этапе начальной подготовки Хван А.И., Хван М.Л., Миронова Т.А., Коник А.А.	433
Интервальная тренировка и развитие выносливости у футболистов Хшеш Хумам, Самборский А.Г.	437
Развитие скоростных способностей футболистов 13-14 лет Цветов В.И., Солоха Н.Н., Коник А.А.	440
Психологическая подготовка спортсмена: корректировка предстартового состояния Цурко Е.С., Смольский С.М.	443
Техническая подготовка ориентировщиков 10-11 лет в условиях дополнительного образования Цыбульник А.И., Новикова Л.И., Новиков Л.Ю., Рыльский С.В.	447
Профессионально значимые качества личности тренера как фактор успешности спортивной деятельности воспитанников Цыпкин Д.А., Рыльский С.В., Жилиякова К.А., Ерыгина Н.Л.	451
Повышение эффективности подготовки юных тхэквондистов Черников В.А., Воронин И.Ю., Уваров Я.Н.	454
Спорт и социальная политика российской федерации Чефранов Б.Н., Руцкой И.А. Тимофеев В.К., Лутай Д.Ю.	456

Роль морфологических особенностей индивида в практике спортивного отбора Шутова Е.Н., Беляев И.С.	458
---	-----

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Задачи и содержание гимнастики в школьной программе по физической культуре Адонин А.А., Гузеев И.Н., Амурская О.В.	461
Влияние подвижных игр на развитие быстроты у учащихся младших классов Андрюшина А.Н., Рыльский С.В., Мерзликина В.А., Жилякова К.А.	464
Развитие силы у курсантов-женщин образовательных организаций системы МВД России с использованием комплекса упражнений Ануфриева Е.С., Муханов Ю.В.	467
Цели и задачи физической подготовки в образовательных организациях МВД РФ Апальков А.В., Горбатенко А.В., Курдюкова С.В., Брусова П.И.	469
Подготовка студенческих команд в пляжном волейболе Баева Д.Н., Жилина Л.В., Сподобец Д.А., Дрогомерецкая М.В.	472
Физическая культура, как фактор развития нравственных качеств обучающихся в высших образовательных организациях Бакланов Д.В., Иваненко А.А., Иваненко Я.В.	475
Эмоционально окрашенная двигательная деятельность как фактор успешной адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО Баланчукова Е.Н.	478
Роль мотивации для занятий физической культурой и спортом у студенческой молодежи Башмакова Е.А., Смольский С.М.	480
Некоторые аспекты спортивной подготовки лыжников в образовательных организациях МВД России Бей Е.Е., Беляев И.С.	483
Сравнительная характеристика тотальных размеров тела школьников и юных спортсменов 10-14 лет занимающихся в циклических видах спорта Белов В.К., Кочнев А.В.	485
Обучение видам лёгкой атлетики детей младшего школьного возраста на основе сюжетно-ролевых игр Белоусова И.Н., Коренева М.С., Кондратенко П.П., Коренева А.П.	488
К вопросу об антидопинговом обеспечении при реализации основных образовательных программ вузов физкультурно-педагогического профиля Богачёва Е.Ю., Никулин И.Н., Орлов М.В.	491
Некоторые показатели функционального состояния студентов специального учебного отделения (2018, 2022 гг) Бондарь Е.А., Жован Г.Ф., Тулинова Н.А.	494
Методика подготовки к сдаче норм ГТО младшей ступени Борисова Е.В., Борисов П.А., Корякина А.В., Глобин К.М.	497
Значимость физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений системы МВД в современных условиях Бутов В.В.	499
Развитие общей выносливости у девочек 12-13 лет на уроках физической культуры с применением фитнес-технологии Бышева Д.В., Минакова К.В.	503
О коррекции содержания элективной дисциплины по физической культуре в высшей школе Венгерова Н.Н.	505

Регулирование двигательной активности учащихся младших классов с учетом показателей развития кондиционных способностей Визирыкин М.Н., Кадуцкая Л.А., Кононова С.В.	508
Лыжероллерный спорт в системе элективных дисциплин Восковский С.А.	510
Скиппинг – как средство повышения двигательной активности старших дошкольников Гавришова Е.В., Фирсова О.В.	514
Особенности физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД России в системе дистанционного обучения Галкин В.О., Забнин С.В., Иваненко Я.В., Романькова М.А.	518
Влияние внеклассных занятий различной направленности по гандболу на функциональное состояние детей 11-12 лет Гивер Н.Е., Тонкоблатова И.В., Романчук Е.В.	521
Развитие координационных способностей у обучающихся младших классов средствами подвижных игр Гомон Н.Н., Шевчук Л.Н., Денисов М.Ю.	524
Современные проблемы физического воспитания, спорта и туризма, безопасности жизнедеятельности в системе образования Гончаров Д.Ю., Репина Н.В., Жданов В.Н.	527
Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел учитывая гендерные особенности Горбатенко А.В., Апальков А.В., Дементьев В.Л.	531
Значение огневой и физической подготовки в формировании профессиональной подготовки сотрудника ОВД Горелкин С.И., Михаликов В.Л., Цветов В.И.	533
Плавание в системе профессионально-прикладной подготовки курсантов Горпинка М.И., Горпинка И.И., Назина О.Ю., Агошков В.В.	535
Изучение двигательной активности студентов с учетом места жительства Грачев А.С.	538
Развитие чирлидинга среди студентов Григорович С.А.	543
Особенности проведения занятий по гимнастике с детьми различного школьного возраста Гузев И.Н., Амурская О.В., Рева Н.Г.	544
Теоретические проблемы подготовки курсантов вузов МВД по огневой подготовке Гусев Ю.М.	549
Основные факторы, способствующие совершенствованию процесса обучения огневой подготовке сотрудников правоохранительных органов Гусев Ю.М., Иляхина О.Ю.	552
Отсутствие физической культуры в жизни студента Дворянинова Е. В., Симашова И.А.	555
Методика совершенствования огневой подготовки слушателей образовательных организаций МВД России Домрачёва Е.Ю.	556
Физическое воспитание в укреплении и сохранении здоровья молодых хоккеистов Донченко М.Р.	558
Методические аспекты обучения школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе Драгнев Ю.В.	560

Развитие координационных способностей волейболистов в школьной секции Дубина Я.П., Посохов А.В.	563
Проблемы физической подготовки курсантов образовательных учреждений МВД России и пути их решения Дурносвистов Е.Г., Хазарян А.Х., Клименко С.С.	566
Легкая атлетика в современном комплексе ГТО Дьяченко А.Д., Воронков А.В., Скирденко А.О., Бажина Е.Н., Юдина В.М.	568
Организация работы по здоровьесбережению детей дошкольного возраста в современных условиях Егорова А.А., Рашина Н.В.	571
Влияние стрельбы из табельного оружия на психоэмоциональное состояние сотрудников органов внутренних дел Ермоленко С.А., Попов А.В.	574
Отношение школьников и студентов к дисциплине «Физическая культура и спорт» Заиченко О.А., Кондаков В.Л.	576
Физическое воспитание дошкольников как основа здоровья современного общества Захарова Е.Г.	577
Профессионально прикладная физическая подготовка сотрудника полиции Иваненко А.А., Горбатенко А.В., Апальков А.В., Омелина О.С.	580
Особенности обучения слушателей образовательных организаций МВД России безопасному обращению с оружием Иляхина О.Ю.	582
Специфика применения боевых приемов борьбы сотрудниками транспортной полиции Кандабар А.Н., Воротник А.Н.	584
Влияние занятий физической культурой на психоэмоциональное состояние студентов Клевцова М.А., Ходеев Д.А.	587
Ресурсное обеспечение огневой подготовки в органах внутренних дел Клименко А.В., Иляхина О.Ю.	589
Использование фитнес-технологий на занятиях физической культурой в профессиональных образовательных организациях Кожанова Л.И., Рыльский С.В., Плаксина Д.Г., Ильина А.С.	591
Влияние интервальной тренировки на развитие скоростной выносливости у детей старшего школьного возраста на внеурочных занятиях по легкой атлетике Кондратенко П.П., Коренева М.С., Белоусова И.Н., Коренева А.П.	593
Физическая культура как средство профилактики и коррекции эмоционального выгорания педагогов Кондратенко Ю.Н., Хлапова И.С.	595
Повышение специальной выносливости у учащихся 12-14 лет, на секционных занятиях по легкой атлетике Коренева М.С., Кондратенко П.П., Белоусова И.Н., Коренева А.П.	597
Мотивационно-ценностное отношение учащихся старших классов к физической культуре Корнилов А.Н., Федоров А.В.	599
Соответствие содержания учебников по физической культуре из федерального перечня требованиям ФГОС Корчагин Д.С., Кадуцкая Л.А., Воронков А.В.	603

Влияние эмоционального и психологического состояния на эффективность физической подготовки курсантов и слушателей вузов МВД России в различные периоды их служебной деятельности Коряк Ю.Д., Иващенко Ю.В.	606
Влияние занятий спортивной гимнастикой на уровень результатов детей при сдаче нормативов I ступени ВФСК ГТО Корякина А.В., Глобин К.М., Борисова Е.В., Борисов П.А.	608
Влияние физической культуры на духовное развитие студентов технических вузов Кравцов В.В.	610
Изучение факторов влияющих на посещаемость занятий физической культурой в вузе Крамской С.И., Амельченко И.А., Егоров Д.Е.	612
Физическая культура и спорт в системе образования Крылов А.А.	615
Легкая атлетика как электив по физической культуре Куликов И.А.	617
Физическая активность - основа здоровья Кулиничев А.Н., Воротник А.Н.	620
Теоретические основы содержания здорового образа жизни в физкультурно-оздоровительном образовании студентов Курдюкова С.В.	623
Важность специальных познаний и их применение в практической деятельности сотрудников органов внутренних дел Лазарев А.А., Лопатин И.И., Тарасов В.А.	625
Роль огневой подготовки в структуре специальной подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России Ленёва Ю.Б.	627
О некоторых вопросах совершенствования физической подготовки обучающихся образовательных организаций МВД России Ленёва Ю.Б., Кандабар А.Н.	630
Учебные занятия физической культуры как способ поддержки психического здоровья студенческой молодежи Марандыкина О.В., Вышелеская М.А.	632
Методика развития скоростно-силовых качеств у школьников 10-12 лет в условиях школьной секции волейбола Марченко М.А., Жилина Л.В., М.В. Дрогомерецкая	634
Особенности подготовки военнослужащих на занятиях рукопашным боем для последующих действий в экстремальных условиях обстановки Мирошников А.С., Мирошникова Э.Н., Хевсуриани Г.Г., Цветов В.И.	637
Анализ эффективности применения предметов художественной гимнастики для повышения физической подготовленности девочек 7–8 лет Нарожная Ю.Г., Николаева Е.С.	641
Игровые физкультурно-оздоровительные технологии в системе дополнительного образования Никифоров А.А., Чиликин А.П., Мальков С.В.	645
Роль физической культуры и спорта в образовательном процессе Новик Р.А., Вашкевич В.И.	647
Взаимосвязь между физическим и эмоциональным состоянием студентов Овчинникова Д.А.	649
Современные подходы к организации физического воспитания детей третьего года жизни Панова Т.В.	652

Методика развития гибкости у школьников 9-10 лет на уроках физической культуры	
Пантюхина А.А., Жилина Л.В., Спиринов М.П., Мережко Е.И.	654
Использование мобильных приложений как средства мотивации занятий по физической подготовке	
Папанова А.Э., Дыбов В.Е., Коник А.А.	657
Психологический аспект при физической подготовке курсантов вузов МВД России	
Першин А.Ю., Володина Я.О., Статинов Н.М.	660
Региональная специфика в организации физического воспитания детей 4-5 лет в дошкольном учреждении	
Першина Н.В., Репина Н.А.	663
Физическая культура как фактор социализации современной молодежи	
Петренко О.С., Осипов В.П., Закурдаев А.С., Беляев И.С.	666
Влияние занятий физической культурой на состояние здоровья студентов при нарушениях работы сердца	
Петрова М.А., Гонкоблатова И.В.	669
Изучение индивидуальных возможностей и интересов старших дошкольников для выработки двигательного режима	
Питякина Т.Ю., Понамарева С.И.	673
Фитнес как перспективное средство физического развития студентов	
Родина О.Н., Горелкин С.И.	675
Двигательная активность и её роль в формировании личности студента	
Рыбка М.А., Смольский С.М.	677
Мониторинг проблем применения информационных технологий в управлении образовательной организацией	
Савенков Г.И.	680
Совершенствование броска одной рукой баскетболистов (на примере школьной секции)	
Саласин А.Ю., Толмачев М.Г., Петлюк Д.В.	683
Личность студента и её влияние при выборе вида спорта	
Семёнова Я.И., Сониная Н.В.	687
Развитие скоростно-силовых качеств у юношей 14-15 лет, занимающихся в школьной секции волейбола	
Сиденко Е.К., Жилина Л.В., Самойлов А.А., Мережко Г.Е.	689
Некоторые особенности занятий девушек с отягощениями	
Скрипченко В.Ю., Кадуцкая Л.А., Коник А.А., Миронова Т.А.	691
Особенности организации обучения и методики совершенствования технико-тактических действий сотрудников органов внутренних дел с оружием в различной обстановке	
Спиринов В.А., Домрачёва Е.Ю.	695
Военно-спортивная игра «Зарница» как средство нравственно-патриотического воспитания дошкольников старшего возраста	
Суворова И.Б., Визирякина С.И., Носова Л.И.	697
Развитие профессионально важных качеств курсантов образовательных организаций МВД России посредством спортивных игр	
Тарасов В.А., Лазарев А.А., Лопатин И.И., Лазарев А.Н.	699
Значение физической культуры и спорта в воспитательной деятельности учреждения среднего профессионального образования	
Тациан А.А., Созаева А.С.	701

Туристская деятельность как средство экологического воспитания личности школьника Твердовская А.К., Ильин А.В., Ильина А.С.	705
Внедрение инновационных технологий в физической подготовке обучающихся Томашук Я.Ю., Барсова Е.Р.	708
Профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов Третьяков А.А., Горелов А.А.	710
Оценка эффективности применения игрового оборудования на уроках плавания у младших школьников Трофименко А.С., Климова В.К., Башкатова Д.Н.	716
Влияние страха на эффективность выполнения боевых приемов борьбы в рамках проведения учебных занятий по физической подготовке курсантов и слушателей Усенко А.С., Кучмезов А.Н.	718
Методика развития гибкости у школьников 12-13 лет на уроках физической культуры Федоров А.В., Корнилов А.Н.	720
Самостоятельная физическая подготовка курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России Федорова Е.В., Кулиничев А.Н.	723
Значение физической подготовки в учебной деятельности курсантов образовательной организации МВД России Чебукин Н.А.	725
Снижение массы тела старшеклассников, занимающихся дзюдо в условиях дополнительного образования Чернышов Д.А., Рыльский С.В.	730
Применение подвижных игр в процессе актуализации математических представлений у детей старшего дошкольного возраста Шаталова Е.В.	733
Современное состояние и перспективы решения проблемы развития физических способностей дошкольников Шаталова Т.Н., Моисеева Е.Н.	736
Физическая культура и спорт в системе образования Швед Т.Ю., Тонкоблатова И.В.	739
Методы физической подготовки и повышения уровня профессионально важных качеств курсантов в образовательных организациях МВД России Ячменев С.П., Егошин Д.И.	741
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПОСТРОЕНИЮ ВАРИАТИВНОЙ СИСТЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ	
Современные подходы в обучении плаванию детей 6-7 лет Андреева Г.Н., Чеснокова С.И., Зиборова Е.А.	743
Использование состязательно-игровых средств и методов в начальном обучении плаванию детей Башкатова Д.Н., Трофименко А.С., Макушкин А.С., Климова В.К.	745
Построение вариативной региональной системы обучения плаванию детей дошкольного возраста Волошина Л.Н., Глазунова Н.А., Пищулова В.Ю.	752
Формирование навыков правильного дыхания, с помощью методики «пранаяма», у детей дошкольного возраста для занятий в бассейне Гудникова С.В., Мальцева Ж.В.	757

Использование средств оздоровительного плавания в профилактике и лечение заболеваний	
Егоров Д.Е., Марандыкина О.В., Горпинка И.И., Горпинка М.И.	760
Начальный этап обучения детей дошкольного возраста плаванию	
Калашникова Г.В.	763
Реализация социально значимого проекта по обучению плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста «Безопасное лето на воде»	
Костюкова Е.В., Даньшина Д.В.	766
Перспективы сетевой формы реализации образовательной программы обучения плаванию детей дошкольного возраста в условиях малого микрорайона	
Михайлова Н.И., Чубарова И.А.	768
Обучение сотрудников полиции основам прикладного плавания	
Переверзева Д.В., Ткаченко А.И., Щербин Д.В., Третьяков А.А.	770
Формирование первичных плавательных навыков у детей дошкольного возраста в процессе организации образовательной деятельности в рамках сетевой формы реализации образовательной программы обучения плаванию детей	
Полякова Н.В., Куринских И.В.	777
Некоторые аспекты методики занятий спортивным плаванием детей первого года обучения	
Сметанина Д.Р.	781
Основные параметры оценки детей при зачислении в спортивные группы по плаванию	
Сметанина Д.Р.	785
Современные подходы к построению вариативной системы обучения плаванию	
Соломатина К.А., Чернова Т.К., Стешина Д.А., Иванова А.В.	788
Система обучения плаванию детей дошкольного возраста	
Стадник И.В., Бардакова Е.С.	791
Об особенностях развития физических качеств средствами вида спорта «Плавание»	
Съедин С.И.	795
Методика формирования правильной осанки у детей дошкольного возраста на занятиях по обучению плаванию	
Чепелева С.Ю., Курилова Т.В.	797
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
Медицинская реабилитация после травм	
Вергейчик Е.В.	800
Физическая культура как профилактика сердечно-сосудистых заболеваний	
Гончарова А.В., Вашкевич В.И.	802
К вопросу об использовании греко-латинских терминов при изучении медико-биологических дисциплин на факультете физвоспитания педагогического вуза	
Кудинова Г.А.	804
Особенности программирования коррекционно-восстановительных мероприятий спортсменов дзюдоистов	
Макарова Э.В.	806
Занятия физической активностью при гастрите	
Осадчая К.В.	808

МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ АРМРЕСТЛИНГУ В РАМКАХ ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ

Драгнев Ю.В.

*Луганский государственный педагогический университет
Луганская Народная Республика, Россия, г. Луганск
dragnev@bk.ru*

Аннотация. В данной статье представлены методические аспекты обучения школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе. Уделяется внимание изучению методики обучения в армспорте охватывает совокупность средств, методов и методических приемов, которые определяют в целом путь реализации разных задач. Методика обучения школьников борьбе на руках в спортивной секции «Армрестлинг» в рамках внеклассной работы имеет такую структуру: показ, объяснение, показ; имитация двигательного действия; выполнение приема или упражнения по частям; выполнение упражнения или приема в целом.

Ключевые слова: методические аспекты, обучение, школьники, армрестлинг, внеклассная работа, школа.

Важным этапом развития армрестлинга в Луганской Народной Республике является вхождение в состав Российской Федерации как субъект. На этой основе будет в будущем создана Федерация Армрестлинга Луганской Народной Республики, которая войдет в состав Федерации Армрестлинга России. Следует сказать, что армрестлинг как вид спорта представляет собой единоборство двух спортсменов за специальным столом. В ходе борьбы на руках определяется один победитель. Армрестлинг укрепляет тело и характер спортсменов. Организация внеклассной работы со школьниками в отечественной системе среднего общего образования в ЛНР регламентируется Законом об образовании [4] и Федеральным законом об образовании в Российской Федерации [8].

Среди российских ученых, тренеров по армрестлингу проблемами совершенствования учебно-тренировочного процесса занимались: А. Антонов, С. Дмитрук, П. Живора, И. Матюшенко, И. Никулин, Э. Никулин, А. Рахматов, А. Посохов [2; 3; 5; 6]. Решением педагогических проблем профессиональной подготовки студентов к будущей профессиональной деятельности в области физической культуры спорта, а также физкультурно-оздоровительными проблемами в общеобразовательных школах занимались такие современные ученые, как: Ю. Драгнев [2], А. Черноштан [11] и др. В исследованиях ученых были решены задачи, связанные с методикой физической подготовки ученической молодежи; психологической готовностью армспортсменов к поединкам; теоретическими основами рейтингового оценивания спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по физическому воспитанию в условиях кредитно-модульной системы обучения. Данные исследования являются дополнительным фактором в изучении методических аспектов при обучении школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе.

Во внеклассной работе по армрестлингу ставятся в основном те же задачи, что и для урока по физической культуре, но учитывая особенности армрестлинга: оздоровительные, воспитательные, образовательные, развивающие. Во такой работе выделяются несколько направлений: содействие повышению уровня физической подготовленности школьников; расширение двигательного фонда; формирование двигательных умений и навыков; использование естественных сил природы (солнца, воздуха и воды) для укрепления здоровья учащихся. В системе внеклассной работы по армрестлингу большое значение имеет спортивное совершенствование учащихся, развитие их способностей.

Согласно правилам соревнований по виду спорта «Армрестлинг» [7] в

общероссийской спортивной федерации по виду спорта «Армрестлинг» [9] соревнования проводятся по системе двоеборья, согласно которой итоговые места участников в каждой весовой категории определяются по сумме очков, полученных в борьбе как левой, так и правой рукой. Победитель в личном зачете определяется по наибольшей сумме набранных очков. Соревнования могут начинаться с борьбы как левой, так и правой рукой, и проводятся в соответствии с Положением о соревнованиях. Соревнования по армрестлингу проводятся в следующих возрастных группах: мужчины, женщины (22 года и старше) (senior men, senior women*); юниоры, юниорки (19–21 год) (junior men, junior women*); юниоры, юниорки (16–18 лет) (junior men, junior women*); юноши, девушки (14–15 лет) (junior boys, junior girls*). (*в соответствии с правилами международной спортивной федерации).

Для реализации методических аспектов обучения школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе организовывается работа спортивной секции «Армрестлинг» по урочному типу, и имеет оздоровительную и образовательно-воспитательную направленность; содержание занятий, время и место проведения. Однако, без специального оборудования такие занятия будут малоэффективными и травмоопасными. Руководство спортивной секцией «Армрестлинг» возлагается на учителя физической культуры, который решает все проблемы, связанные с организацией занятий: самостоятельно выбирает и использует выбранную методику обучения; несет ответственность за безопасность занимающихся; проводит отбор в секцию; назначает дату и время тренировок; составляет Положение о соревнованиях по армрестлингу и т.д. Главная цель спортивной секцией «Армрестлинг» – повышение общего уровня здоровья занимающихся армрестлингом. Задачами являются: повышение уровня теоретической, технической, физической, психологической подготовленности школьников. В рамках организация работы спортивной секции «Армрестлинг» в рамках внеклассной работы со школьниками важным компонентом является методика обучения в армрестлинге. Далее рассмотрим материал из учебного пособия «Методика физической подготовки ученической молодежи. Часть 1 «Армспорт» [2] о методике обучения в армспорте в преломлении к работе спортивной секции «Армрестлинг» в рамках внеклассной работы со школьниками.

Итак, понятие методики обучения в армспорте охватывает совокупность средств, методов и методических приемов, которые определяют в целом путь реализации разных задач. Методика обучения школьников борьбе на руках в спортивной секции «Армрестлинг» в рамках внеклассной работы имеет такую структуру: показ, объяснение, показ; имитация двигательного действия; выполнение приема или упражнения по частям; выполнение упражнения или приема в целом. *Методический прием* – это способ реализации метода в соответствии с конкретным заданием обучения. Таким образом, внутри каждого метода, который используется во время тренировочного процесса в армспорте, есть разнообразные методические приемы. Чем больше запас методических приемов, тем более широкий диапазон применения конкретного метода. Специальную систему методов, методических приемов обучения, форм организации занятий, средств, созданную для изучения конкретного двигательного действия (или двигательных действий), определенных составом армспортсменов, принято называть *методикой обучения* [10]. В армспорте можно классифицировать методы обучения, которые позволяют оценить подобие и расхождение способов преподавания теоретического или практического материала, и его усвоение, что необходимо знать при выборе методов для решения конкретного задания.

Во время тренировочного процесса в армспорте со школьниками с помощью слова осуществляются много функций, которые составляют его конструктивную, организаторскую и другие стороны тренировочной деятельности. Правильно подобранное слово активизирует весь тренировочный процесс, потому что помогает глубже осмыслить, активнее воспринять изучения специального упражнения или отдельного приема борьбы.

Рассмотрим методы использования слова. *Описание* – это способ создания у армспортсмена представления о том или ином приеме борьбы или о выполнении специального физического упражнения. Во время описания подаются определенные признаки приема или упражнения. *Объяснение* является важнейшим способом развития сознательного отношения армспортсменов к техническим приемам борьбы или выполнению упражнений. *Беседа* может использоваться тогда, когда возникают вопросы у армспортсменов. *Разбор* технического приема или упражнения проводится после их выполнения. Разбор может быть односторонним, когда его проводит только тренер, или в виде беседы при участии армспортсменов. *Задание* – есть конкретные установки перед выполнением технических приемов или специальных упражнений. *Указание* характеризуется тем, что подается сжато, а также требует точного выполнения, акцентирует внимание армспортсменов на необходимости выполнения задания. *Оценка* является итогом анализа выполнения того или другого приема борьбы или упражнения. *Подсчет* позволяет задавать армспортсменам необходим темп проведения технического приема. Темп выполнения специального упражнения. Осуществляется голосом с применением счета («один-два-три-четыре!»), счетом в соединении с односложными указаниями («один-два-выдох-вдох!»).

Далее рассмотрим практические методы. Метод целостного разучивания специальных упражнений или технических приемов борьбы. Этот метод используется при выполнении специального упражнения или приема борьбы в целом. Такое овладение движениями не характерно для большинства технических приемов борьбы в армспорте. Рассмотрим метод подводящих специальных упражнений. Он содержит в себе целостное выполнение отдельного приема или упражнения, ранее изученных и структурно похожих с новым. Главным правилом использования этого метода является структурное подобие со специальным упражнением или приемом борьбы, которое разучивается.

Рассмотрим метод расчлененного разучивания специальных упражнений. Этот метод характеризуется выделением отдельных частей приема или специального упражнения, овладением каждым и сочетание их в целое выполнение. Искусственное дробление специального упражнения и приема борьбы на части облегчает овладение ими. Определив основные понятия методики обучения двигательных действий в армспорте, необходимо ознакомиться с ведущими понятиями и сущностью этого процесса вообще. *Движение* – приращенная или приобретенная функция человека, связанная с постоянным перемещением тела или его составных частей с целью обеспечения активной жизнедеятельности. *Двигательное действие* – это активные движения человека, направленные на решение конкретных заданий [10]. Данные методы эффективны в учебно-тренировочном процессе по армрестлингу со школьниками.

Изучая методические аспекты обучения школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе, следует указать, что ведущей задачей в армспорте является формирования специфических движений и технических приемов борьбы. Процесс обучения любым двигательным действиям характеризуется такими особенностями: активная деятельность армспортсменов дает возможность быстрее завладеть учебным материалом; процесс обучения двигательным действиям в учебно-тренировочном процессе должен завершаться формированиям целостной системы двигательных навыков; обучение новым двигательным действиям в армспорте всегда базируется на основании предыдущих знаний и двигательного опыта армспортсменов. Все эти особенности учитываются при определении конкретных знаний, средств, способов организации учебно-тренировочных занятий и методов обучения.

Литература

1. Дмитрук С.С. Биомеханические критерии рациональности технических действий в армспорте : Дис. ... канд. пед. наук : 01.02.08 / Дмитрук Сергей Сергеевич. – Москва, 1999. – 144 с.

2. Драгнев Ю.В. Методика физической подготовки ученической молодежи. Часть 1. «Армспорт» : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед. физич. воспитания и спорта / пер. с укр. / Юрий Владимирович Драгнев ; Гос. учр. «Луган. нац. ун-т имени Тараса Шевченко». – Луганск : Изд-во ДЗ «ЛНУ имени Тараса Шевченко», Элтон-2, 2011. – 428 с.
3. Живора П.В. Армспорт: техника, тактика, методика обучения [Текст] / П.В.Живора, А.И.Рахматов. – Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «академия», 2001. – 112 с.
4. Закон об образовании [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nslnr.su/zakonodatelstvo/normativno-pravovaya-baza/3606/>
5. Матюшенко И.А., Никулин И.Н., Антонов А.В., Никулин Э.И. Модельные характеристики силовых показателей отдельных мышечных групп армрестлеров / И.А. Матюшенко, И.Н. Никулин, А.В. Антонов, Э.И. Никулин // Теория и практика физической культуры. М.: АНО НИЦ «ТиПФК». – №8. – 2020. – С. 19–21.
6. Никулин И.Н., Матюшенко И.А., Антонов А.В., Посохов А.В. 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. М.: АНО НИЦ «ТиПФК». – №5. – 2021. – С. 9–11.
7. Правила вида спорта «Армрестлинг» [Электронный ресурс]. URL: <http://www.ukmpts-baikonur.ru/wp-content/uploads/2022/05/pravila-vida-sporta-armrestling-ot-22.10.2020-790.pdf>
8. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс]. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
9. Федерация армрестлинга России [Электронный ресурс]. URL: <https://armwrestling-rus.ru>
10. Худoley А.М. Основы методики преподавания гимнастики : учеб. пособ. : в 2-х ч. / А.М. Худoley. – 3-е изд., испр. и доп. – Х. : ОВД, 2004. – Ч. 1. – 414 с.
11. Черноштан А.Г. Теоретические основы рейтингового оценивания спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по физическому воспитанию в условиях кредитно-модульной системы обучения / А.Г. Черноштан // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко : сб. науч. тр. / гл. ред. Е.Н. Трегубенко; вып. ред. Н.В. Вострякова; ред. сер. Н.А. Павлова. – Луганск : Книта, 2018. – № 1 (18) : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – С. 34–40.

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ В ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ

Дубина Я.П., Посохов А.В.

*Белгородский государственный национальный
исследовательский университет, Россия, г. Белгород
МБОУ лицей №4, Россия, г. Россошь
yana.dubina.2018@mail.ru, posohov@bsu.edu.ru*

Аннотация. В статье представлены результаты внедрения экспериментальной методики развития координационных способностей волейболистов в школьной секции волейбола.

Ключевые слова: волейбол, юные спортсмены, координационные способности.

С каждым годом волейбол приобретает все новых и новых поклонников, играющих как на любительском, так и на профессиональном уровне. За последние десятилетия эта

Подводя итог, нельзя не отметить, что занятия спортом практически во всех случаях положительно влияют на общее состояние организма. Зная особенности гастрита, можно подобрать правильную тренировку, чтобы реабилитация проходила наиболее эффективным образом. Помимо этого, укрепление тела также создает мотивацию для борьбы с этим заболеванием. Важно распространять информацию о дополнительных способах борьбы с гастритом и поддержания здоровья своего организма.

Литература

1. Иванишин В.Т. Клинические рекомендации. Гастроэнтерология / В.Т. Ивашкина. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006. 208 с.
2. Попов С.Н. Лечебная физическая культура: учебник для студ. Учреждений высш. проф. Образования. / С.Н. Попов – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 416 с
3. Diana Rachmania, Pria Wahyu Romadhon Girianto, & K.H, W. L.. (2021). The Relationship of Physical Activity with Relapse of Gastritis in Gastritis Patient. *Journal of Applied Nursing and Health*, 3(2), 119–125.

Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта

Сборник научных статей по итогам
Международной научно-практической конференции

Публикуется в авторской редакции
Оригинал-макет: Ю.В. Ивахненко

Выпускающий редактор: Л.П. Котенко
Подписано в печать 26.11.2022. Формат 60×90/16
Гарнитура Times New Roman. Усл. п. л. 44,41. Тираж 100 экз. Заказ 649
Оригинал-макет подготовлен и тиражирован в ИД «Белгород» НИУ «БелГУ»
308015 г. Белгород, ул. Победы, 85. Тел.: 30-14-48