

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України
Державний заклад
„Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка”
Інститут фізичного виховання і спорту

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

*Матеріали
регіональної науково-практичної конференції*

2 – 3 квітня 2013 року
м. Луганськ

У двох частинах

Частина перша

Луганськ
ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”
2013

Бугеря О. О. Теоретичні та правові основи розслідування злочинних дій, учинених в умовах надзвичайних ситуацій.....	56
Бугеря Т. М. Проблеми професійної підготовки майбутніх учителів основ здоров'я.....	59
Букиша С. Б., Козлова Г. В., Выхарева Е. А. Аутогенная тренировка и эндогенное дыхание в реабилитации при гипертонической болезни.....	63
Букиша С. Б., Лобко В. С. Дыхательная гимнастика Стрельниковой при хроническом обструктивном бронхите.....	69
Бурлакова Т. Л. Сім'я і школа як основні засоби у формуванні здорового способу життя молодших школярів.....	74
Бутова Н. О. Вітчизняні й зарубіжні підходи до управління якістю освітнього процесу в загальноосвітніх школах.....	77
Васецкая Н. В. Возрождение национальных традиций физической культуры в Украине.....	83
Васецкая Н. В. Педагогические возможности туризма как средства воспитания подростающего поколения.....	87
Васильченко Т. І., Кірко С. А. Формування у студентів усвідомленої потреби у фізичному самовдосконаленні.....	92
Воробьёва М. В., Хмаренко И. Ю. Кардиотренировка как одна из основ гармоничного физического развития человека.....	96

№ 1. – С. 56 – 78 с.; 8. **Згуровський М. З.** Реальний шлях збереження освіти – реформування / М. З. Згуровський // Освіта і управління. – 2007. – № 1. – С. 6 – 12; 9. **Легкий М. П.** Проблема удосконалення управління народною освітою в світі реформи школі / М. П. Легкий, П. Н. Николук. – К.: Знання, 1985. – 16 с.; 10. **Луговій В. І.** Управління освітою / В. І. Луговій. – К.: Держ. управління, 1997. – 302 с.; 11. **Лукашевіч М. П.** Теоретичні аспекти гуманістичного управління освітою / М. П. Лукашевіч // Школа на рубежі ХХІ століття : управлінський аспект. – К.: ПП „Компанія” – „Актуальна освіта”, 2000. – С. 6 – 19; 12. **Лукіна Т. О.** Державне управління якістю загальної середньої освіти в Україні / Т. О. Лукіна. – К., 2004. – 342 с.; 13. **Оглобина Г. И.** Нововведения в управлении образованием / Г. И. Оглобина // Педагогика. – 1993. – № 6. – С. 23 – 28; 14. **Островерхова Н. М** / Ефективність управління загальноосвітньою школою: соціально-педагогічний аспект / Н. М. Островерхова, Л. І. Даніленко. – К.: Школяр, 1996. – 590 с.; 15. **Панасюк В. П.** Педагогічна система внутрішкільного управління якістю освітнього процесу / В. П. Панасюк. – К.: Наук. думка, 2008. – 421 с.; 16. **Руководство по применению стандарта ИСО 9001:2000 в области обучения и образования** / [Пер. с англ. А. Л. Раскина]. – М.: РИА „Стандарты и качество”, 2002. – 128 с.; 17. **Сластенин В. А.** Гуманизация образования и педагогические ценности / В. А. Сластенин, Е. И. Шиянов // Гуманизация образования. – Набережные Челны. – 1996. – № 1. – С. 53 – 58; 18. **Стрезікозін В. М.** Управління навчальним процесом / В. М. Стрезікозін. – К.: Освіта, 2007. – 269 с.; 19. **Тализін М.** Проблеми якості освіти / М. Тализін. – К.: Наук. думка, 2006. – 112 с.; 20. **Шапошников С. О.** Использование принципов всеобщего управления качеством и стандартом серии ISO 9000 в образовании / С. О. Шапошников // Проблемы качества в сфере образования. – 1999. – № 1. – С. 232 – 241; 21. **Яхнін Я. К.** Сучасні підходи до якості освіти / Я. К. Яхнін. – К.: Наук. думка, 2006. – 143 с.

Н. В. Васецкая (Луганск)

ВОЗРОЖДЕНИЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ ТРАДИЦИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УКРАИНЕ

ГУ „Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко”

В данной статье раскрываются исторические аспекты развития физической культуры и спорта как такового, народные традиции занятия спортом, а также боевые виды мастерства, спортивные виды танцев, в частности такого уникального вида спортивного танца, как гопак. Говорится о пользе развития физической формы человека.

Ключевые слова: спорт, гопак, гимнастика, агонистика, состязания, мускулатура, координация, аскетизм, борьба.

Постановка проблемы. Сегодня в Украине на различных уровнях много говорят о возрождении национальных традиций. Без них народ не живет, а прозябает. Традиции – это панцирь, который сохраняет сообщество от вражеских ударов. Каждый народ, как на востоке, так и на западе, имеет свою боевую культурную традицию. Каждая нация на пути своего развития неоднократно проходила через испытания войной, находилась в состоянии „выживания”. Именно с тех далёких времён, когда человечество ещё только зарождалось и формировались боевые культуры, которые на сегодняшний день трансформировались в боевое мастерство и физическую культуру как таковую, и поставал вопрос об актуальности данного вида культурной трансформации народа.

Анализ последних исследований и публикаций. В настоящее время, к сожалению, мы не смогли найти ни одного целостного, научно-обоснованного, чёткого исследования на данную тему. Практически большинство публикаций – это научно-популярные статьи, где авторы касаются вскользь или в большем объёме данной проблемы [1; 2; 3; 4]. Таким образом, перед нами стала задача обработки, обобщения и систематизации полученных знаний, которая отражена в изложенной ниже информации.

Цель и задачи. Физическое воспитание – неотъемлемая составляющая культурного воспитания и образования подрастающего поколения. В нашей стране целенаправленно и системно оно ведётся в учреждениях дошкольного, общего, профессионального и послевузовского образования. Отдельные лица, остро интересующиеся спортом, посвящают ему большую часть своего времени. Занимаясь различными видами спорта, как отмечал знаменитый врач древности Гиппократ, физические упражнения помогают улучшить здоровье, являются союзниками в борьбе с болезнями. Наши современники добавляют еще и развитие мускулатуры, координации, выносливости, терпеливости, командные виды спорта помогают выработать тактику. Таким образом, целью данного исследования является раскрыть и проанализировать на основе литературных источников национальные

традиции физической культуры Украины в контексте проблемы физического воспитания и развития молодёжи.

Результаты исследования. На базе полученных и систематизированных знаний, методической обработки изученной литературы и логической обработки изученных источников излагаем краткое содержание полученных информации и выводов. Спорт и физическая культура как таковые зародились ещё во времена древних цивилизаций. Из многочисленных теорий возникновения физической культуры и спорта чаще всего упоминаются три: культовая, игровая, трудовая.

Но на сегодняшний момент развития общества разговоры не всегда перерастают в действия.

По мнению исследователей Древнего мира Ф. Рейнака, К. Дима, В. Кербса, физические упражнения в те далёкие времена служили своеобразным „аккомпаниментом” широко распространенным тогда магическим действиям. Следы физической культуры и спорта были обнаружены в ранних государствах (IV-III тыс. до н.э.). На клинописных табличках, на стенах древнеегипетских пирамид учёные обнаружили изобретения более 400 видов физических упражнений и игр.

В Древней Греции различали два метода применения физических упражнений: *гимнастику*, или общую физическую подготовку, и *аргонистику* – специальную подготовку и участие в состязаниях. Агонистика разделялась на гимнастические агоны и мусические соревнования в поэзии, музыке и танцах. Из гимнастических агонов наибольшей популярностью пользовались олимпийские [1, 210].

В Средние века (V – XVII вв.) в области воспитания и образования главенствовала христианская религия. Проповедовался аскетизм, заботы о теле считались греховными. В школах и университетах занимались только духовным воспитанием молодёжи. И всё же полностью физическая культура не исчезла, поскольку была необходима для подготовки воинов-рыцарей. Будущих воинов обучали верховой езде, фехтованию, охоте, плаванию, стрельбе из лука, игре в шашки, стихосложению; а также воинов интересовало: французский же де пом (прообраз тенниса), английский суль (прототип футбола), датский гольф, осада замка и штурм городских стен. Также рыцари увлекались: борьбой, метанием молота и копья, прыжками в длину, соколиной и псовой охотой. Для проверки их боевых качеств устраивались турниры. В среде крестьян пользовались популярностью хоккей на траве, бег на коньках и ходьба на лыжах.

Можно с уверенностью говорить, что народные состязания являются устойчивым элементом культуры всех традиционных обществ и выполняют принципиально важные функции в жизни общества и каждого его члена.

Социальное значение народных состязаний-соревнований столь велико, что сегодня они трансформировались в спортивные виды борьбы (греко-римская, вольная, самбо и т.п.), бокс, сават и т.д. В основе этих направлений лежат традиционные приёмы физического спорта различных народов. Одним из традиционных видов украинского боевого танца является гопак. В современном обществе для многих народов традиционные виды физической культуры становятся способом национально-культурной идентификации. Народ сохраняет свою идентичность благодаря особенностям традиционной культуры. Национально-культурная идентификация представляется важнейшим элементом гражданско-патриотического воспитания и сохранения национальной самобытности [3, 845]. Таким образом, сегодня национальные состязания должны стать важным компонентом формирования и становления физической культуры и спорта.

Явления традиционной физической культуры в социальной сфере выступают обычно и как некие знаки, выражающие, в частности, принадлежность к определенной этнической общности.

Ученые полагают, что тот или иной компонент традиционной физической культуры выполняет такую знаковую функцию прежде всего тогда, когда сами носители определяют его как типичный для своего народа, отличный от подобных явлений у других этносов.

Выводы. Анализ прочитанных источников позволил нам сделать вывод, что на настоящий момент проблема возрождения духовного состояния нашего народа поднимается „с колен” и ставится как культурный аспект нации, который нельзя игнорировать. Создаются кружки и секции народных танцев, народных боевых танцев и боевых искусств. Таким образом, культура физического и духовного развития гражданина стала интересовать окружающих и выносятся на массовые обсуждения. Хореографические и спортивные коллективы нашей страны принимают участие как в областных, всеукраинских, так и в международных конкурсах-фестивалях, где занимают почетные места. Следовательно, наши соотечественники и мы с вами имеем дальнейшую возможность и цель совершенствоваться и достигать все более высоких вершин в своём мастерстве.

Литература

1. Горбунов Б. В. Воинская состязательно-игровая традиция в народной культуре русских / Б. В. Горбунов. – М., 1999. – С. 209-211;

2. Тедоразде А. С. Русские рукопашные состязания как явление социальной истории аграрного общества. Тамбовская губерния, вторая половина XIX – первая половина XX вв.: дис. ... канд. истор. наук: 07.00.02. / Тедоразде Анатолий Северьянович. – Тамбов, 2002. – 169 с.; 3. Чесноков Б. М. Русская народная борьба / Б. М. Чесноков // Теория и практика физической культуры. – М., 1955. – № 11. – С. 842-847; 4. <http://www.battleart.ru/gop.htm>, 5. <http://mari-sard.livejournal.com/44950.html>.

Н. В. Васецкая (Луганск)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ТУРИЗМА КАК СРЕДСТВА ВОСПИТАНИЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

ГУ „Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко”

В статье существенным образом раскрыта культурная ценность туризма, влияние его и особенности сознания (интересов, установок, ценностных ориентаций и т.п.) на тех людей, которые вовлечены в занятие туризмом, стремятся использовать его в определенных целях, организуют эти занятия и соревнования по туризму. Таким образом, в данной статье рассматривается вопрос о социально-культурном потенциале туризма.

Ключевые слова: туризм, культура, ценность, поход, потенциал.

Постановка проблемы: Туризм представляет собой эффективное средство физического и нравственного совершенствования человека. Можно говорить о его уникальности как в плане разрешения насущных проблем отдельно взятого человека, так и различных социальных групп. Многочисленные научные исследования показывают, что на психофизиологические параметры человеческого организма напрямую благотворно влияет объем его двигательной активности. Практически все население страны в той или иной мере использует положительный потенциал, заложенный в спортивно-оздоровительном туризме, и в первую очередь, оздоровительный эффект ходьбы и естественное благотворное влияние природной среды.

Культурная ценность туризма зависит от его разновидности (международный, внутренний; плановый, самостоятельный; познавательный, оздоровительный, спортивный; поездка, поход, соревнование, слет и т. д.), а эстетическая значимость какого-то вида