

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА  
ИНСТИТУТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ  
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ»  
СОВЕТ ДИРЕКТОРОВ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**



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

*Материалы  
Республиканской научно-практической конференции  
с международным участием*

*5 апреля 2018 год*

УДК [(37.015.31:796) + (37.016:796)] (06)  
ББК 74.005.5 я 43 + 75р3я43 + 74.267.5я43  
А 43

**Актуальные проблемы физического воспитания учащейся молодежи: теория и практика** : сборник материалов Республиканской научно-практической конференции с международным участием (г. Луганск, 5 апреля 2018 г.) / Под ред. проф. Т.Т. Ротерс. – Луганск, 2018. – 371 с.

#### Рецензенты

- Ляпин В.П.** – заведующий кафедрой физического воспитания ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Владимира Даля», доктор биологических наук, профессор, Заслуженный работник образования Украины
- Турянская О.Ф.** – профессор кафедры педагогики ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», доктор педагогических наук, профессор.
- Сероштан В.М.** – заведующий кафедрой физического воспитания ГУ ЛНР «Луганский государственный медицинский университет имени Святителя Луки», кандидат педагогических наук, профессор.

В сборник материалов конференции вошли статьи, посвященные актуальным проблемам теории и методологии модернизации физического воспитания учащейся молодежи; развития физической культуры в общеобразовательных учреждениях Луганской Народной Республики; развития физической культуры в системе среднего профессионального образования; преподавания спортивно-педагогических дисциплин в профессиональной подготовке будущих учителей физической культуры; формирования культуры здоровья и здорового образа жизни детей и учащейся молодежи; применения инновационных и гуманитарных технологий инклюзивного образования в сфере физической культуры.

Предназначен для студентов, магистрантов, аспирантов, преподавателей и научных работников, которые занимаются проблемами физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры.

Рекомендовано к печати Научной комиссией  
Луганского национального университета имени Тараса Шевченко  
(протокол № 13 от 19.06.2018)

© ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ  
имени Тараса Шевченко», 2018

### **Уважаемый читатель!**

Перед органами управления образованием, образовательными организациями и работодателями ЛНР встает задача максимальной вовлеченности передовых практик и инновационных технологий в образовательный процесс адаптации системы образования к новому образовательному пространству, к новым ценностно-смысловым, социально-политическим ориентирам педагогической и управленческой деятельности, что включает в себя участие в разработке нормативно-правовой базы, учебно-методической документации, комплексного методического обеспечения и средств контроля в соответствии с ФГОС третьего поколения РФ, на которые ориентируется вся образовательная общественность Луганской Народной Республики.

Руководителями и педагогами образовательных организаций в рамках работы конференции были озвучены текущие проблемы развития физической культуры в условиях государственных образовательных стандартов в образовательных организациях ЛНР, методических объединений; обсуждены и намечены пути их решения.

В сборнике научных статей Вам представлена возможность ознакомиться с проблемами физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры и путями их решения на основе индивидуальных образовательных траекторий, отрабатываемых как на базе пилотных площадок в образовательных учреждениях, так и в высших учебных заведениях при подготовке будущих специалистов по физической культуре и спорту.

**Оргкомитет конференции**

**СОДЕРЖАНИЕ**

<b>Вступительное слово.....</b>	<b>3</b>
<b>ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МОДЕРНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ</b>	
<b>Асташова Е.Н., Пинчук К.Н., Григорьева А.С.</b>	
Модель интегрированной физкультурно-спортивной среды как способ решения проблематики мотивации физического воспитания.....	9
<b>Афтимичук О.Е., Полякова В.П.</b>	
Интерактивное обучение в системе физкультурного образования.....	14
<b>Бобрик Т.З.</b>	
Ценности профессионального физкультурного образования.....	21
<b>Заколотная Е.Е.</b>	
Нравственность как свобода выбора поведения будущих специалистов в сфере физической культуры.....	28
<b>Зенченков И.П.</b>	
Подготовка учителей физической культуры в системе непрерывного профессионального образования в Донецкой Народной Республике.....	38
<b>Кострыкин В.Я., Хвостиков И.П.</b>	
Роль физического образования в формировании профессиональной культуры студента.....	47
<b>Ротерс Т.Т.</b>	
Основные направления модернизации физического воспитания школьников.....	54
<b>Савко Э.И., Хожемпо С.В.</b>	
Современные тенденции преемственности физического воспитания в учреждениях системы образования.....	60
<b>Савко Э.И., Юрченя И.Н.</b>	
Физическая культура и ее оздоровительная направленность в учреждении образования.....	72
<b>СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ, ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ</b>	
<b>Асташова Е.Н., Лимонченко А.С.</b>	
Проблемы и педагогические условия физического воспитания детей младшего школьного возраста.....	89
<b>Богданова А.С., Лобазина А.С.</b>	
Определение уровня развития скоростно-силовых качеств у девушек 13–14 лет на занятиях по волейболу.....	94
<b>Васецкая Н.В., Николаева Е.А.</b>	
Особенности развития физических качеств в младшем школьном возрасте.....	101

**Чорноштан А.Г., Демаш Я.Ю.**

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

**Чорноштан А.Г., Ивановский А.А.**

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

**Чорноштан А. Г., Жердев В. О.**

Психологические особенности личности учителя физической культуры.. 129

**Чорноштан А.Г., Яровой С.А.**

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

**Шкурин А.И., Портной В.С.**

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

**Шкурин А.И., Сергеев А.В.**

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

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

**Бабешко А.П.**

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

**Малахова О.Н.**

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

**Матченко Р.Г.**

Формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи... 178

**Метель А.И.**

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

**Оксенюк М.Б.**

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

**Чайкина О.А., Соломатина Н.В.**

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

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

**Асташова Е.Н., Лимонченко А.С.**

Проблемы и пути совершенствования подготовки студентов на занятиях по физическому воспитанию..... 213

**Шкурин А.И., Сергеев А.В.**

## **АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Проблема формирования здорового образа жизни достаточно тщательно освещается во многих социально-философских, педагогических, социологических и медицинских трудах. Особой актуализации эта проблематика приобрела во второй половине XX века как в мире в целом, так и в нашей стране.

В «Национальной доктрине развития образования в Российской Федерации на период до 2025 года», и в «Концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ до 2020 года», а также национальном проекте «Наша новая школа» отмечается, что сегодня приоритетной задачей системы образования в стране является воспитание человека в духе ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, как наивысшей социальной ценности, формирование высокого уровня здоровья учащейся молодежи во всех его аспектах – духовном, психическом и физическом [4].

Неудовлетворительное состояние здоровья молодежи обусловлено в целом снижением уровня общественной морали – влияние элементов аморальной западной культуры, значительным социальным расслоением населения, сложной криминогенной ситуацией, коммерциализацией половых отношений, ранним началом половой жизни, негативным влиянием средств массовой информации.

Изучение и анализ научной литературы указывают на главное противоречие обусловленное не реализацией на практике выше перечисленных задач, а также недостаточность исследования

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

проблемы формирования здорового образа жизни детей среднего школьного возраста. Необходимость поиска педагогических условий и путей решения этой проблемы и обусловили выбор темы нашего исследования.

Формированию здорового образа жизни у учащейся молодежи, формированию ценностных ориентаций подростков на здоровый образ жизни, организации здорового образа жизни школьников, медико-биологическим и психолого-педагогическим основам здорового образа жизни, принципам формирования здорового образа жизни молодежи посвящены научные труды таких ученых как: (Р.И. Айзман, Р.М. Баевского, М.М. Безруких, Э.Н. Вайнер, Е.Н. Дзятковской, Г.К. Зайцева, В.Н. Ирхин, Э.М. Казина, Н.Э. Касаткина, В.П. Казначеева, Т.Н. Леонтьева, Н.К. Смирнова, Ф.Ф. Харисова и др.)

Результаты обзора научной литературы позволяют утверждать, что традиционная система образования в большей степени ориентирована на получение знаний и информации, а формирование жизненных умений и навыков недостаточно поэтому уровень подготовки детей к самостоятельной жизни не соответствует современным требованиям. Подросткам нужны не только знания, но и жизненные навыки, помогающие делать жизненный выбор, достигать цели, корректировать поведение, оценивать риски, сохранять и улучшать здоровье и качество жизни.

В целях выявления причинно-следственных связей относительно нарушения здоровья школьников необходимо проанализировать как индивидуальную, так и общественную характеристику понятия «здоровье» и его связь с процессом формирования здорового образа жизни. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА  
полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

В.П. Казначеев анализируя современные методы адаптации определяет, что здоровье формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов и классифицируется как физическое, психическое, социальное, духовное и нравственное здоровье [2].

Выбранный нами для исследования подростковый возраст охватывает период развития детей от 11 до 15 лет. Он является органическим продолжением младшего школьного возраста и одновременно отличается от него. Подросток имеет некоторые черты взрослого, но он не взрослый, пытается осмыслить свои стремления, действия, как это делают взрослые, но осмысливает по-своему, по-детски. В подростковом возрасте ребенок пытается как бы слепо копировать взрослых, подражать их поведению, поступкам, манере. Всем давно известна зависимость поведения подростков от «ритуалов» своего близкого окружения, которая доходит порой до стадности.

Поэтому очень важным фактором их воспитания является окружающая среда. Несформированная личность как бы поглощает извне компоненты, на которых впоследствии строится его внутренний мир. В такой период жизни ребенок является наиболее уязвимым в отношении пагубных привычек и в то же время лучше всего воспринимает и переосмысливает новую информацию, отказывается от опеки взрослых. От подростка требуется ответственность за свои поступки [1, 3].

Мы разделяем точку зрения многих специалистов в том, что здоровый образ жизни школьника среднего возраста обусловлен наличием у него психологических, физиологических и социальных



АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

качеств, которые способствуют формированию устойчивости к стрессовым воздействиям, сохранению и укреплению, как индивидуального, так и общественного здоровья за счет поддержания рационального режима дня, питания, двигательной активности, закаливания, отказа от вредных привычек и др.

Трудно не согласиться с тем фактом, что дети учатся как из запланированного учебного материала, так и из наблюдения за своим окружением. Поэтому процесс обучения определенным практическим навыкам должен воспроизводить естественный для ребенка процесс обучения: сначала дети усваивают определенные нормы, а впоследствии – корректируют свое поведение в зависимости от последствий собственных действий и реакции на поведение других людей. Поведение усиливается позитивными или негативными последствиями, которые ученик непосредственно видит или чувствует. Лучше запоминаются такие модели поведения, когда люди мысленно или в реальной практике используют смоделированные образцы поведения. Итак, воспитание является эффективным, если не противоречит положительной реакции окружения относительно ребенка, то есть когда ребенок видит в жизни то, что не противоречит информации, полученной в школе [5].

В процессе исследования мы выяснили, что дети в целом достаточно хорошо понимают что такое здоровый образ жизни, знают о необходимости систематического посещения занятий физической культурой, о вреде не полезных продуктов, курения, алкоголя и наркотиков. Но в тоже время анкетирование выявило тот факт, что дети среднего школьного возраста не регулярно выполняют рекомендации учителей физической культуры, диетологов и родителей направленные на формирования здорового образа жизни.

В процессе педагогического наблюдения и индивидуальных бесед нам удалось выяснить, что причиной невыполнения рекомендаций по ведению здорового образа жизни детьми среднего школьного возраста, являются несколько факторов:

- пассивный образ досуга ( компьютер, социальные сети);
- нерегулярное или полное отсутствие посещения занятий в спортивных секциях;
- зачастую необоснованное освобождение от уроков физической культуры по состоянию здоровья;
- пример ближайшего окружения ( сверстники, родители и т.д.);
- активная реклама бесполезных для детей продуктов питания и т.д.

Для активизации деятельности по пропаганде здорового образа жизни, а также создания условия для реализации поставленной задачи нашего исследования, а именно проанализировать возможности средней школы в решении вопроса формирования здорового образа жизни у детей среднего школьного возраста, мы подтверждаем мнения многих исследователей и важность основных направлений деятельности педагогического коллектива общеобразовательного учреждения на создание и поддержание здорового образа жизни учащихся через инфраструктуры образовательного учреждения и поддержание здоровьесберегающей внутришкольной среды это:

1. *рациональная организация учебного процесса;*
2. *организация физкультурно-оздоровительной работы, а именно:*
  - полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья;

- систематическое проведение физкультпауз на уроках;
- организация динамической паузы (подвижные перемены, спорт.);
- работа спортивных секций;
- регулярное проведение спортивно – оздоровительных мероприятий (дней спорта, здоровья, соревнований и т.д.)

*3. организация профилактических, оздоровительных и коррекционных мероприятий для обучающихся, а именно:*

- психопрофилактическая работа, направленная на повышение степени устойчивости при стрессовых ситуациях;
- использование традиционных оздоровительных технологий (утренняя гимнастика, закаливающие процедуры и т.д.);
- постоянная активная наглядная агитация (личный пример педагогов);
- профилактика табакокурения, употребления спиртных и психотропных веществ, наркомании;

*4. организация и проведение диагностических мероприятий реализация здоровьесформирующих образовательных технологий, а именно:*

- различные формы урочной и внеурочной деятельности;
- использование интерактивных межпредметных связей;
- мониторинг интересов, увлечений и круга общения детей;

*5. проектирование здоровьесформирующей системы (формы, методы, методики обучения здоровью и воспитание культуры здоровья);*

- 6. повышение уровня знаний педагогического коллектива;*
- 7. работа с родителями обучающихся [6].*

При условии выполнения всех выше перечисленных педагогических условий мы с полной уверенностью можем говорить о том, что нами сделан первый шаг в направлении активного участия в формировании здорового образа жизни детей среднего школьного возраста.

Данная работа не представляет собой законченное исследование более того для решения поставленной в работе задачи нам необходимо в полном объеме выполнение всех выше перечисленных основных, на наш взгляд, направлений деятельности педагогического коллектива общеобразовательного учреждения на создание и поддержание здорового образа жизни учащихся при понимании и содействии родителей учащихся, общественных организаций, профильных министерств и всех граждан не равнодушных к здоровью будущего нашей нации.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Бойко О.В. Становлення та розвиток поняття “здоровий спосіб життя” // Морально-духовний розвиток особистості в сучасних умовах: Зб. наук. праць. Книга I. / О.В. Бойко – К., 2000. – С. 117–124.
2. Казначеев В.П. Очерки теории и практики экологии человека / В.П. Казначеев. – М.: Наука, 1983. – 261 с.
3. Мельник С.В. Теоретичні основи формування у підлітків здорового способу життя // Теоретико-методичні проблеми навчання і виховання: Зб. наук. праць./ С.В. Мельник. – К.: Фенікс, 2000. – С. 52–60.
4. Приказ Минобрнауки №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся» от 28.12.2010.

5. Фесюк О.П. Самооцінка школярами власної вихованості і культури здоров'я //Актуальні проблеми оздоровчої фізичної культури, фізичної реабілітації та валеології у сучасних умовах // Збірник наукових праць./ О.П. Фесюк – Кіровоград, РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 1999. – С. 32

Аннотация. В статье «Активные методы формирования здорового образа жизни у детей среднего школьного возраста» А.И. Шкурина, А.В. Сергеева авторы проводят анализ методов формирования здорового образа жизни, и определяют оптимальные пути реализации данной проблемы у детей среднего школьного возраста в современной школе.

Ключевые слова: здоровье, подростковый возраст, внутри школьная среда, здоровье формирующие технологии.

Annotation. In the article "Active methods of forming a healthy lifestyle in children of secondary school age" A.I. Shkurina, A.V. Sergeeva the authors analyze the methods of forming a healthy lifestyle, and determine the optimal ways to implement this problem in children of secondary school age in a modern school.

Keywords: health, adolescence, inside the school environment, health forming technologies.