

Белгородский государственный технологический университет
им. В.Г. Шухова
Московский государственный строительный университет
Харьковский национальный педагогический университет
им. Г.С. Сковороды
Государственный Приштинский университет (Сербия)

XIII Международная научная конференция

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ
В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

Сборник статей

(Белгород, 25 –26 апреля 2017 г.)

Часть 2

Белгород Москва Харьков Минск
2017

УДК 796
ББК 75
Ф 50

Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях:
Ф50 XIII Междунар. науч. конф.: сб. статей, Белгород, 25–26 апр. 2017
г.: в 2 ч. / Белгор. гос. технол. ун-т.– Белгород: Изд-во БГТУ, 2017. –
Ч.2. — 227 с.

В сборнике представлены статьи по актуальным проблемам физического воспитания и спорта, физической реабилитации, рекреации и медико-биологического обеспечения физической культуры и спорта. Представлены технологии формирования, восстановления и сохранения здоровья студентов, а также перспективные направления совершенствования учебно-тренировочного процесса и повышения мастерства спортсменов.

Материалы сборника представляют теоретический и практический интерес для научных работников, преподавателей, спортсменов, докторантов, аспирантов, магистров, тренеров, студентов, учителей школ.

Данное издание публикуется в авторской редакции.

ISBN 978-5-361- 00483-6 (ч. 2)

ISBN 978-5-361-00482-9

Редакционная коллегия:

Глаголев С.Н., д-р экон. наук, проф. (Белгород)

Гридчин А.М., д-р техн. наук, проф. (Белгород)

Евтушенко Е.И., д-р техн. наук, проф. (Белгород)

Шаповалов Н.А., д-р техн. наук, проф. (Белгород)

Богданов В.С., д-р техн. наук, проф. (Белгород)

Крамской С.И., канд. социол. наук, проф. – гл. редактор (Белгород)

Ермаков С.С., д-р пед. наук, проф. (Харьков)

Козина Ж.Л., д-р наук по физ. восп. и спорту, проф. – отв. редактор (Харьков)

Амельченко И.А., канд. биол. наук, доц. - отв. редактор (Белгород)

Егоров Д.Е., канд. пед. наук, доц. – отв. секретарь (Белгород)

Карасев А.В., д-р пед. наук, проф. (Москва)

Никишкин В.А., проф. (Москва)

Лотоненко А.В., д-р пед. наук, проф. (Воронеж)

Козлов В.И., канд. пед. наук, проф. (Воронеж)

Веролоуб Станкович, д-р. наук, проф. (Сербия)

Любиша Лилич, д-р. наук, проф. (Сербия)

УДК 796

ББК 75

ISBN 978-5-361-00483- 6 (ч. 2)

ISBN 978-5-361-00482- 9

© Белгородский государственный
технологический университет
им. В.Г.Шухова (БГТУ), 2017

Содержание

Лукин Ю.К., Давидович Т.Н., Лапухина Э.А. , Влияние силы мышц рук на точность дальних бросков в баскетболе	6
Лукин Ю.К., Давидович Т.Н., Хорошилов К.А., Карпович С.О. Анализ показателей технико-тактических действий баскетболисток высокой квалификации.....	12
Лукин Ю.К., Корзун Д.Л. Формирование основ научно-исследовательской деятельности будущих тренеров по футболу.....	21
Мальков А.П. Особенности выполнения контрольного испытания для девушек: в сгибании и разгибании рук в упоре лёжа на полу при сдаче норм ГТО.....	26
Мальков А.П. Рывок гири как альтернатива подтягиванию при сдаче норм ГТО...	30
Мальков А.П. Оптимизация вариативности двигательных способностей гиревика.....	34
Манин О.Ю., Головкин Н.Г. Адекватные ответные реакции организма спортсмена.....	38
Маракушин А.И., Попов Ф.И. Майнор как одно из направлений реформирования учебной дисциплины физическое воспитание в вузе.....	45
Марко Буровић¹, Томислав Окичић¹, Дејан Мадич¹ & Марко Александровић¹. Структурална анализа основних елемената без лопте у ватерполу код студената факулета спорта и физичког васпитања.....	54
Мишин О.И. Значение физической культуры и спорта в вопросе формирования специалиста XXI века.....	61
Мусаева У.А., Шарипова С.Н., Саидивалиева М.А. Оценка перспективности дзюдоисток на основе показателей физического развития и функциональных показателей.....	66
Nevenka Zrnzević, Jovana Zrnzević, Raisa Cvetković The nutrition and morphological characteristics of children at early school age.....	71
Никишкин В.А., Бумарскова Н.Н., Лазарева Е.А. Профессиональное здоровье специалистов – объективный показатель эффективности и качества системы воспитания, образования и оздоровления студентов в процессе обучения во время реорганизации университета	79
Никишкин В.А., Савкив Т.Г., Бумарскова Н.Н. Формирование профессиональной направленности инженера-строителя с учетом уровней образования.....	87
Пампура Н.А., Майоров Ф.П., Пампура Р.Н. Определение влияния физической нагрузки различной направленности на состояние агрессивности студентов.....	91
Панарин А.И., Герей Л.В. Методика изучения готовности к профессиональному самоопределению у студентов вуза.....	95
Попова И.Е., Савинкова О.Н., Волков В.К., Козлов В.И. Применение общего массаж в качестве средства восстановления нервно-мышечного аппарата стрелков-пистолетчиков.....	99
Рудов В.М. Долгополова В.Д. Особенности отбора и тренировки юных	105

МАЙНОР КАК ОДНО ИЗ НАПРАВЛЕНИЙ РЕФОРМИРОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ВУЗЕ

Маракушин А.И.

*Харьковский национальный экономический
университет имени Семена Кузнеця*

Попов Ф.И.

*Харьковский национальный университет
Воздушных Сил имени Ивана Кожедуба*

За последнее десятилетие организация физического воспитания в ВУЗах Украины претерпело множество изменений. Согласно Положения об организации физического воспитания и массового спорта в ВУЗах занятия по физическому воспитанию планировались из расчета 4 часа в неделю на всех курсах обучения за исключением выпускного семестра, что было обязательно для всех студентов [1]. Отчетностью в конце каждого семестра был зачет, а в течение семестра два промежуточных модульных контроля. Студенты, которые желали повысить свое спортивное мастерство, посещали занятия по спортивному совершенствованию (спортивные секции по видам спорта). Студенты, имевшие отклонения по здоровью – занимались в группах реабилитации. Далее учебная дисциплина «Физическое воспитание» стала поза кредитной, а в настоящее время она отсутствует в учебных планах. Конечно, ряд проблем по физическому воспитанию студенческой молодежи можно решить за счет спортивных секций, организации спортивно-массовой работы. Но необходимо учитывать, что в спортивных секциях занимается 12-17% студентов от общего количества в ВУЗе, спортивные клубы, в основном, существуют на общественных началах, а спортивные мероприятия основная масса студентов посещает в качестве зрителей.

Согласно закона о высшем образовании в Украине ВУЗам предоставлена большая автономия, что подразумевает самостоятельность, независимость и ответственность ВУЗа в принятии решений о развитии академических свобод, организации учебного процесса, научных исследований, внутреннего управления, экономической и другой деятельности, самостоятельного подбора и расстановки кадров и т.д. В настоящее время МОН рекомендует учебную дисциплину «Физическое воспитание» проводить как факультативную [2,4,5].

В Харьковском национальном экономическом университете имени Семена Кузнеця студентам предоставляется возможность свободного выбора учебных дисциплин в пределах 25% общего объема соответствующей образовательно-профессиональной программы. Избранные дисциплины входят в индивидуальный учебный план каждого студента, а результаты обучения отражаются в приложении к диплому [3].

Принцип свободного выбора дает возможность каждому студенту изучать учебные дисциплины, которые отражают индивидуальные предпочтения, интересы и планы на будущее трудоустройство.

Заниматься физическим воспитанием? Поставить перед собой такой вопрос студенты должны уже сейчас.

Бакалавр современного университета - это гармонично развитая личность, которую сегодня нельзя себе представить без сформированных социально-личностных компетенций в сфере физической культуры. Ответственность за это возлагается на руководителя высшего учебного заведения, органы студенческого самоуправления, кафедру физического воспитания. Они, в рамках предоставленных им полномочий, должны способствовать формированию здорового образа жизни у соискателей высшего образования, укреплению спортивно-оздоровительной базы, созданию надлежащих условий для занятий массовым спортом; проводить организационные, образовательные, научные, спортивные, оздоровительные и другие мероприятия; вносить предложения относительно содержания учебных планов и программ.

Какими качествами должен обладать экономист?

Потенциал специалиста экономического профиля составляют:

а) профессиональная самостоятельность – способность разбираться в требованиях, предъявляемых к специальности, умение самостоятельно планировать, выполнять и контролировать собственную деятельность;

б) профессиональная мобильность – способность к принятию быстрых, рациональных решений, готовность к смене профессиональных задач и ситуаций;

в) коммуникативность – направленность на общение, интерес к людям, социальная перцепция, рефлексия, эмпатия;

г) ответственность – сформированность мотивационного поля, высокий уровень притязаний, ответственное отношение к своим поступкам и своему совершенствованию как личности и профессионала;

г) индивидуальность – способность к наиболее полному личностному самовыражению и наличие индивидуально- неповторимых особенностей;

д) здоровье – сохранение и развитие психических и физиологических функций человека, оптимальной трудоспособности и социальной активности.

Такие качества требуют должной психофизической готовности.

В ХНЭУ имени Семена Кузнецца осуществляется подготовка специалистов в 48 областях знаний более чем по 140 направлениям и специальностям. Разница в требованиях к ним требует направленной психофизической подготовки специалистов, изменяет ее структуру и предъявляет дополнительные требования к активному формированию психофизических способностей посредством направленного использования физических упражнений. Проблема эта комплексная, и сложность ее решения требует совместных усилий медиков, физиологов, психологов, специалистов физической культуры, социологов, экономистов и других специалистов.

Приоритетным направлением образовательного процесса дисциплины «Физическое воспитание» является предоставление знаний и умений по сохранению и развитию психических и физиологических функций человека, оптимальной трудоспособности и социальной активности, что является важной предпосылкой совершенствования учебной деятельности, успешности профессионального становления.

На практике это реализуется возможностью заниматься спортом. Для этого существуют секции спортивного воспитания. Занятия в секциях физической реабилитации, шахматам и шашкам, петанку не требуют высокой физической подготовленности. Притом занятия избранными видами двигательной активности мы рассматриваем как функциональную вещь, а не как самоцель. Мы формируем компетенции в сфере физической культуры. Учим использовать ценности физической культуры в будущем.

Умения студента:

- владеет техникой пешеходного туризма, имеет навыки оказания доврачебной помощи и организации спасательных работ, придерживается грамотного экологического поведения;
- обладает индивидуальными, групповыми, командными активными и пассивными действиями в избранном виде двигательной активности;
- усвоил основы методики разработки и реализации индивидуальной программы обеспечения работоспособности и ускорения ее восс-

тановления средствами физической культуры и спорта при различных видах и условиях труда;

- осуществляет обоснованный выбор средств развития основных психофизических качеств.

- выполняет стандартные функциональные пробы.

Коммуникации:

Умеет эффективно использовать средства вербальной и невербальной коммуникации для организации взаимодействия, влияния на партнеров по общению, сохраняя при этом свою автономность демонстрирует автономность и ответственность - самостоятельность деятельности в направлении укрепления и развития личного здоровья.

В ХНЭУ им. С. Кузнецца кафедра физического воспитания и спорта предложила ряд майнеров, которые могут выбрать для себя студенты.

МАЙНОР (дополнительный профиль) – важная составляющая новой образовательной модели бакалавриата, реализация которой стартовала в НИУ ВШЭ в 2014 году. Изучение майнора поможет студенту получить дополнительные компетенции в области знаний, отличной от основного направления подготовки его образовательной программы. Майноры предлагаются для выбора всем студентам второго курса бакалавриата. Каждый студент обязан выбрать для изучения один майнор [6,7].

В качестве примера мы предлагаем майнор «Рекреация в процессе труда и досуга», который включает в себя следующие дисциплины:

1. Организация спортивно-оздоровительных услуг.

Учебная дисциплина «Организация спортивно-оздоровительных услуг» будет полезна будущим экономистам, финансистам, бухгалтерам и тем, кто собирается использовать спортивно-оздоровительные услуги в повышении эффективности общественного производства, снижении заболеваемости, воспитании всестороннего и гармоничного развития личности трудящихся в процессе осуществления предпринимательской деятельности. Отдых, как и труд, являются неотъемлемыми составляющими жизнедеятельности человека, поэтому организация, сочетание этих процессов является актуальной для сегодняшнего дня. Одной из главных форм продуктивного использования свободного времени человека является рекреация – это любая деятельность или выгода, которую предоставляют клиенту на специализированных территориях вне места его постоянного проживания, и в свободное от работы время, чтобы восстановить физические и психологические силы, удовлетворить спортивные, оздоровительные, познавательные интересы. Удовлетворения ре-

креационных потребностей зависит от возможностей производства рекреационных услуг, обусловленных рядом факторов. Изучение этой дисциплины дает возможность студенту:

- выполнять функции управления работоспособностью человека;
- составлять индивидуальные планы оздоровления, личного образа жизни;
- планировать спортивно-оздоровительные услуги в нерабочее время;
- организовывать процесс спортивно-оздоровительных услуг.

Целью учебной дисциплины является формирование у студентов компетентности в отношении теоретических основ и приобретение практических навыков осуществления спортивно-оздоровительных услуг.

Для достижения цели поставлены следующие основные задачи:

- изучение общих и специфических принципов физической рекреации и двигательной реабилитации;
- приобретение навыков в определении уровня физического состояния;
- приобретение навыков в рациональном использовании спортивно-оздоровительных услуг для работников экономических профессий в условиях производства;
- приобретение навыков оценки эффективности процесса спортивно-оздоровительных услуг.

Изучение дисциплины обеспечивает формирование у специалистов способность использовать спортивно-оздоровительные услуги, связанные с удовольствием, отдыхом, восстановлением физических и духовных сил после тяжелого труда, снятием эмоционального напряжения.

2. Организация природно-рекреационных услуг.

Учебная дисциплина «Организация природно-рекреационных услуг» будет полезна будущим экономистам, финансистам, бухгалтерам и тем, кто собирается рационально использовать средства природно-рекреационных услуг для работников экономических профессий.

Социально-экономические изменения обусловили закономерное повышение процесса, содержанием которого является отдых людей в период свободного от работы времени. Высокая степень неопределенности при предоставлении рекреационных услуг, особенно в сфере природно-рекреационных услуг, ставит людей в крайне невыгодное положение, может вызвать чувство обиды, настороженности, подозрительности. Следовательно, подготовка специалистов, способных аналитически

решать проблемы выбора и организации рекреационных услуг является очень актуальной.

Изучение этой дисциплины дает возможность студенту:

- выбирать природно-рекреационные услуги;
- планировать природно-рекреационные услуги во вне рабочее время;
- организовывать процесс природно-рекреационных услуг.

Целью учебной дисциплины является формирование у студентов компетентности в отношении теоретических основ и приобретение практических навыков осуществления природно-рекреационных услуг.

Для достижения цели поставлены следующие основные задачи:

- приобретение навыков в рациональном использовании природно-рекреационных услуг для работников экономических профессий в условиях производства;
- приобретение навыков оценки эффективности процесса природно-рекреационных услуг.

Изучение дисциплины обеспечивает формирование у специалистов способность использовать различные виды и формы природно-рекреационных услуг в период свободного от работы времени.

3. Организация культурно-познавательных рекреационных услуг.

Учебная дисциплина «Организация культурно-познавательных рекреационных услуг» будет полезна будущим экономистам, финансистам, бухгалтерам и тем, кто собирается рационально использовать средства культурно-познавательных рекреационных услуг для работников экономических профессий.

Социальное значение сферы услуг определяется обеспечением возможности рационального использования свободного времени, является одним из главных показателей качества жизни и уровня человеческого развития. Культурно-познавательные и рекреационные услуги удовлетворяют важнейшие потребности, которые являются эмоционально-психологическими: увидеть красивые пейзажи, явления природы, различные природные аттракции; ознакомиться с достижениями культуры, науки и техники; побывать на экологически чистых объектах; ознакомиться с экзотическими растениями и животными; посетить исторические места; сделать уникальные фотографии. Но, желающий воспользоваться рекреационными услугами не может полноценно ознакомиться с ними до момента их получения (попробовать, увидеть, реально почувствовать), поэтому вынужден доверять продавцу, что является эмоционально-субъективным фактором. Для уменьшения риска получить некаче-

ственную услугу необходимо подготовить специалистов, способных аналитически решать проблемы выбора и организации культурно-познавательных рекреационных услуг.

Изучение этой дисциплины дает возможность студенту:

- планировать культурно-познавательные рекреационные услуги во вне рабочее время;
- организовывать процесс культурно-познавательных рекреационных услуг.

Целью учебной дисциплины является формирование у студентов компетентности в отношении теоретических основ и приобретение практических навыков осуществления культурно-познавательных рекреационных услуг.

Изучение дисциплины обеспечивает формирование у специалистов способность использовать различные виды и формы культурно-познавательных рекреационных услуг в период свободного от работы времени.

4. Оздоровительная реабилитация.

Учебная дисциплина «Оздоровительная реабилитация» будет полезна будущим менеджерам, экономистам, финансистам, тем, кто собирается в течение жизни заниматься физическими упражнениями с целью профилактики заболеваний и травм.

В последние годы наблюдается увеличение количества студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Сегодня это число составляет около 25% и более от общего числа студентов. Адаптация к интеллектуальным, физическим и нервным нагрузкам становится актуальной проблемой, которая нуждается в высших учебных заведениях своего решения на протяжении всех лет обучения. Общее снижение психосоматического здоровья студентов должно привести к изменению комплексному системному пути укрепления здоровья, основанному на глубокой дифференциации, выборе лечебных педагогических технологий, форм организации учебного процесса, дозировании учебных нагрузок с учетом многих факторов. Важная роль в решении этой проблемы принадлежит «Оздоровительной реабилитации». Дисциплина будет способствовать сохранению здоровья, улучшению качества жизни, сокращению сроков временной нетрудоспособности.

Изучение этой дисциплины дает возможность студенту:

- овладеть системой знаний, связанных с теоретическими, методическими и организационными основами физической реабилитации;
- сформировать отношение к здоровому образу жизни;

- знать показания и противопоказания к применению лечебной физической культуры и других средств физической реабилитации в предупреждении различных патологических процессов;
- уметь оказывать первую медицинскую помощь в случае необходимости;
- восстановить и совершенствовать физическую работоспособность;
- повышать функциональное состояние систем организма, используя физические упражнения;
- уметь использовать профилактические меры для предотвращения простудных заболеваний;
- совершенствовать физические качества, необходимые в профессиональной деятельности будущего экономиста.

Целью учебной дисциплины является формирование у студентов компетентности относительно возможности использования общих мер профилактики и восстановления (в том числе коррекция и компенсация) нарушений или временно утраченных функций организма.

Для достижения цели поставлены следующие основные задачи:

- приобретение теоретических знаний, практических навыков владения методиками восстановления и сохранения здоровья;
- умение интерпретировать закономерности влияния средств физической реабилитации на организм человека для формирования научно-практических представлений о сохранении и укреплении здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом;
- умение разработать программу физической реабилитации и методики применения физических упражнений и психологических методов отбора средств и форм реабилитации с целью функционального восстановления психофизической дееспособности.

Изучение дисциплины обеспечивает формирование у специалистов способности применения средств физической реабилитации, лечебной физической культуры с профилактической целью.

Создание майнеров по физическому воспитанию – это одно из направлений реформирования неспециального физкультурного образования в ВУЗах.

Литература:

1. Наказ МОН України № 4 від 11.01.2006 Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах.

2. Закон України «Про вищу освіту» (Відомості Верховної Ради (ВВР), 2014, № 37-38, ст.2004) {Із змінами, внесеними згідно із Законом № 76-VIII від 28.12.2014, ВВР, 2015, № 6, ст.40}.

3. Дорожня карта освітньої реформи (2015-2025). Інформаційний бюлетень Міністерства освіти і науки № 2 від 06.10.2015.

4. Наказ Міністерства освіти і науки від 26 січня 2015 року № 47 "Про особливості формування навчальних планів на 2015/2016 навчальний рік".

5. Лист МОН № 1/9-126 від 13.03.15 року Роз'яснення та рекомендації «Щодо реалізації наказу Міністерства освіти і науки від 26 січня 2015 року № 47 «Про особливості формування навчальних планів на 2015/2016 навчальний рік» та окремих норм Закону України «Про вищу освіту».

6. Гринченко И.Б. Физическое воспитание в странах Европы: образовательный аспект / Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: сборник статей XI Международной научной конференции, 23-24 апреля 2015 года: в 2-х ч.– Харьков, 2015. Ч.2. – С 43-49.

7. Маракушин А.И. К вопросу о программе факультативных занятий по физической культуре в спортивных секциях / Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: сборник статей XI Международной научной конференции, 23-24 апреля 2015 года: в 2-х ч.– Харьков, 2015. Ч.2. – С 123-134.

Информация об авторах:

Маракушин Андрей Игоревич – кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент.

Харьковский национальный экономический университет им. С. Кузнеця.

Попов Федор Иванович – кандидат педагогических наук, доцент.

Харьковский национальный университет Воздушных Сил им. И. Кожедуба.

