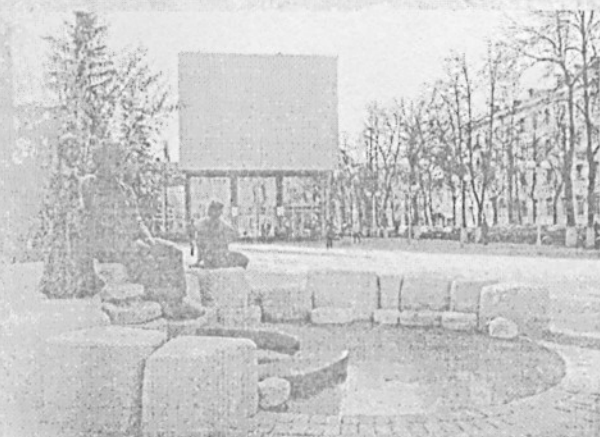




АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА



**VIII Международная научно-практическая
конференция, посвященная зимним
Олимпийским и Паралимпийским играм
в Сочи 2014**

УФА 2014

УДК 796
ББК 75

Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: мат. Международ. науч.-практич. конф. / Уфимск. гос. авиац. техн. ун-т. – Уфа: УГАТУ, 2014. – 462 с.

Содержатся доклады, включенные в программу международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма», посвященной зимним Олимпийским и Паралимпийским играм в Сочи 2014 года, проведенной 20-22 марта 2014 года в г. Уфе.

Редакционная коллегия:

Криони Н.К. - докт. техн. наук, профессор, проректор по УР УГАТУ

Мокеев Г.И. - зав. кафедрой физического воспитания УГАТУ, д-р пед. наук, проф. (ответственный редактор)

Мокеева Е.Г. - доктор мед. наук, профессор, НГУ ФК, С и З им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Костарев А.Ю. - доктор пед. наук, доцент, декан ФФК БГПУ

Усманов В.Ф. - канд. пед. наук, декан ФФК Бирского филиала БашГУ

Шестаков К.В. - канд., пед. наук, доцент кафедры ФВ УГАТУ

Тютюкова Н.В. - зав. учебно-методическим кабинетом кафедры ФВ УГАТУ

Суховерхова Е.Н. - специалист по УМР II категории кафедры ФВ УГАТУ

Материалы публикуются в авторской редакции.

авиационный технический университет, 2014

Научное издание

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

*Материалы международной научно-практической конференции,
посвященной зимним Олимпийским и Паралимпийским играм
в Сочи 2014 года*

Подписано в печать _____. Формат 60×84 1/16.

Бумага офсетная. Печать плоская. Гарнитура Times New Roman.

Усл. печ. л. ____ Усл. Кр.-отт. ____ Уч.-изд. л. ____

Тираж _____ экз. Заказ № _____

ФГБОУ ВПО Уфимский государственный авиационный технический
университет

Центр оперативной полиграфии УГАТУ

450000, Уфа-центр, ул.К. Маркса, 12

А.Ю.Костарев, Г.Т. Лихачева	
Народная игра лапта как форма организации свободного времени студентов	106
Куассар Марсель	
Боевые искусства в учебных заведениях: антропологическое предварение обучению этики в школе	108
А.А. Латина	
Формирование системы оздоровления учеников младшей школы в условиях внедрения здоровьесберегающих технологий	112
Г.Т. Лихачева, Н.И. Бабкова, А.В. Данилов	
Занятия физической культурой как средства борьбы с негативными факторами, влияющими на здоровье студента	117
З.Р. Малкова, Т.В. Наумова	
Физическая культура как компонент здорового образа жизни современного студенчества: социологический аспект	120
А.С. Мартынов, М.П. Анисимов	
Проблема восприятия смешанного единоборства современным обществом	123
Е.Л. Матова	
Формирование мотивации спортивной деятельности детей младшего школьного возраста	125
Н. В. Матюнина, Е.С. Максименко	
Мониторинг интересов студентов как часть проекта «Спортивный педагог»	130
Ю.Н. Мороз	
Значение оздоровления молодежи в развитии педагогики	132
Е.В. Мулик	
Изучение мотивов детей 11-15 лет к занятиям спортивным туризмом	137
И.И. Мухамедьянов, Н.И. Бабкова	
Использование аэробики на занятиях по физическому воспитанию	141
Т.В.Наумова, З.Р. Малкова	
Специфика учебной деятельности студентов УГАТУ (на примере факультетов АП и ИРТ)	144
Д.Т. Онгарбаева, Г.Б. Мадиева, Р.П. Заурбекова, Н.О. Байзакова, К.Т. Кожахметова	
Методические и практические проблемы в решении оздоровительных задач вузовского физического воспитания	147
В.Д. Паначев	
Проблемы спортивной базы	151
Ю.Г. Панкратович, В. Ю. Знамбетов	
Теоретическое обоснование использования технологии проблемного обучения в процессе формирования мотивации школьников к занятиям физической культурой	154

появления тех или иных сигналов к действию, изменения ситуаций и способа их выполнения. Физические упражнения, включающие в себя вращения, кувырки, наклоны, быстрые движения головой, удержание равновесия и различные сочетания этих элементов, развивают такие значимые физические качества, как вестибулярная устойчивость и пространственная ориентация.

Ценными для физической подготовки инженеров из видов спорта следует считать баскетбол, волейбол, настольный теннис. Эти виды спорта развивают быстроту реакции, хороший глазомер. На фоне этого происходит укрепление мышц спины, брюшного пресса, верхнего плечевого пояса и кисти. Особенно эти комплексы упражнений, передвижений и подвижных игр показаны студентам, занимающимся в спец. мед группах, так как могут выполняться в различном темпе в зависимости от уровня физической подготовки и позволяют дозировать нагрузку.

Д.Т. Онгарбаева, Г.Б. Мадиева, Р.П. Заурбекова, Н.О. Байзакова,
К.Т. Кожаметова

«Казахский национальный университет им. аль-Фараби», Казахстан, Алматы

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В РЕШЕНИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАДАЧ ВУЗОВСКОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Актуальность исследования. В последние два десятилетия в Казахстане ряд факторов экономического и экологического характера, а также сокращение в вузах объема обязательных занятий физической культурой способствовали тому, что существующая проблема недостаточной физической подготовленности и ухудшение здоровья студентов приобрела наибольшую остроту и актуальность [1]. Система высшего образования Республики поставлена перед проблемой, суть которой заключается в том, что в будущий специалист с высшим образованием, не восполняя и быстро растрачивая потенциал своего здоровья, оказывается не совсем готовым к жестким требованиям современной рыночной экономики.

В связи с этим разработка и научно - методическое и педагогическое обоснование современной концепции формирования физической культуры студента и его способности направленно использовать разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности является одной из важных проблем государственной значимости.

Цель исследования поиск путей оптимизации физкультурно-оздоровительной деятельности студентов Казахского национального университета им. Аль-Фараби. Для достижения этой цели были поставлены следующие задачи:

1. Сделать анализ распределения студентов 1-2 курсов по медицинским группам и заболеваний студентов специальной медицинской группы.

2. Изучить уровень и динамику физической подготовленности студентов основного учебного отделения.

3. Исследовать уровень мотивационной обеспеченности академических уроков физической культуры.

Результаты исследования. Анализ уровня и динамики заболеваемости студенческой молодежи [2,3] по данным кабинета врачебного контроля, публикаций преподавателей кафедры и собственных исследований характеризуется наличием следующих тенденций:

1. Численность основной медицинской группы снижается, а специальной – растет. Например, количественный состав сегодняшних студентов, имеющих стойкие отклонения в состоянии здоровья, в 2,5 раза превышает численность аналогичного контингента обучавшихся в университете в конце 80-х годах.

К началу 2012/13 учебного года в основную медицинскую группу отнесено 76,5%, подготовительную – 4,0%, а в специальную – 19,7% студентов. Ко второму году обучения в сравнении с первым установлено увеличение численности студентов: специальной медицинской группе на 2,4%, лечебной физической культуры на 58,8% и освобожденных от практических занятий на 77,3%.

2. Рейтинг лидирующих заболеваний студентов выглядит следующим образом:

- первую позицию занимают болезни органов зрения, чему, несомненно, способствует интенсификация учебного труда с применением компьютерных технологий, дающих большую нагрузку на зрительный аппарат, а также образ повседневной жизни основной массы современной молодежи - долгое времяпрепровождение за компьютером.

- на втором месте заболевания мочевыделительной системы, что можно объяснить ухудшением экологической ситуации страны, низким качеством питьевой воды и употреблением молодежью большого количества газированных напитков.

- на третьем - заболевания опорно-двигательного аппарата, которые сместили на четвертое место болезни сердечно-сосудистой системы. Здесь основными причинами, несомненно является гиподинамия, которая обуславливает слабое развитие мышечной мускулатуры студентов, в частности, мышц - разгибателей спины, а также ношение не качественной китайской обуви без супинаторов на высоких каблуках и сплошной подошве;

3. Изучение физической подготовленности студентов в процессе обучения в вузе позволил выявить нижеследующие общие закономерности:

- к концу каждого года наблюдается незначительная положительная динамика прироста спортивных результатов;

- за периоды экзаменационной сессии и летних каникул отмечается снижение достигнутого уровня до исходного и ниже него;

- достигнутые уровни физической подготовленности в основном не обеспечивают достаточного уровня освоения студентами нормативов Президентских тестов и учебной вузовской программы.

Особо следует отметить **тенденцию** снижения **выносливости**. Данный факт в определенной мере подтверждается и ростом численности студентов специального медицинского отделения за аналогичный период

Средние показатели уровня физической подготовленности студентов, оцениваемые по учебным нормативам следующие: высокий показывают 8,0%, средний имеют 60,0%, уровню ниже среднего соответствуют 28,0% студентов, низкому - 1,0% и 3,0 % обследуемого контингента показали очень низкий уровень, несоответствующий оценочной градации учебных нормативов (рис.1).

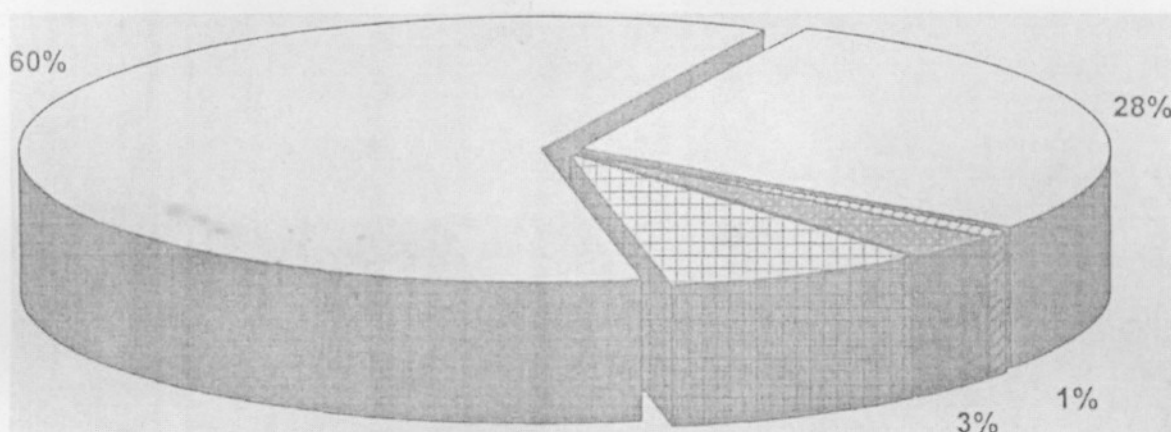


Рис 1. Уровень физической подготовленности студентов 1-2 курсов КазНУ им. аль - Фараби

4. Большое значение для учебного процесса по физической культуре имеет интерес к занятиям, возникающий на основе осознанной мотивации. Повышение мотивации к занятиям физкультурой уже давно стало предметом обсуждения специалистов. Тем не менее, эта проблема остается по-прежнему одной из важных, так как численность молодежи систематически занимающихся физкультурой в стране составляет всего около 10,0% процентов. В стратегической программе «Казахстан -2030» оставлена задача - увеличить этот показатель до 30,0процентов.

В ходе нашего исследования с целью определения потребности - мотивационных ориентаций студентов университета нами использовался метод анкетирования.

В результате проведенного анкетного опроса выявлен недостаток физкультурно-оздоровительной деятельности у большинства студентов. Положительно оценивают роль физической культуры и спорта для укрепления и сохранения здоровья 90,7% опрошенных респондентов, но в то же время двигательная активность основной массы ограничивается лишь посещением обязательных занятий физической культуры.

Регулярную потребность в активных физических действиях испытывают лишь 24,0% девушек и 42,0% юношей. Таким образом, укрепление здоровья средствами физической культуры для основного обучающегося контингента еще не стало лично важно целью. В тоже время оздоровительные

действия наших студентов нельзя считать негативными, так как явные отступления от ведения здорового образа жизни достаточно редки. Так, 55,4% юношей и 71,7% девушек отрицают употребление спиртных напитков, не курят в среднем 85,8% респондентов, 91,9% из них выражают негативное отношение к наркотикам.

Выводы. В связи с переходом системы высшего образования Казахстана к кредитной системе сформулированы принципиально новые установки по перестройке образовательной системы. Это смещение акцентов в направление *личностно-ориентированного образования*

Но практика физической культуры показывает, что инновационные подходы не получают пока еще должного распространения и пока еще основной формой организации физического воспитания студентов остаются традиционные обязательные занятия в соответствии с типовой программой дисциплины «Физическая культура» (2002).

На наш взгляд, в вузовском физическом воспитании, есть ряд причин препятствующих эффективному решению оздоровительных задач, которыми являются:

1. Перестройка учебно-воспитательного процесса на индивидуально - дифференцированный подход во многом остаются декларативным в силу недостаточной проработанности как теоретическом, так и методическом и практическом плане.

2. Потенциал физической культуры и, в частности, его оздоровительная направленность используются еще не в должной мере, так как отсутствуют конкретные критерии и оценки, определяющих влияния средств физической культуры.

3. Не все вузы имеют необходимую спортивную базу для организации учебных занятий с учетом интересов студентов к определенным видам спорта и системы физической культуры.

4. Отсутствие научно-обоснованных инновационных программ по физическому воспитанию, включая автоматизированных программы мониторинга здоровья каждого студента

5. Недостаточный уровень информационно-образовательной культуры большинства преподавателей кафедр физического воспитания и зачастую отсутствие у них желания повышать этот уровень.

6. Недостаточная осознанность ценностей физической культуры не только в студенческой среде, но и обществе в целом. В итоге оценка деятельности кафедр физического воспитания осуществляется по результатам спортивных достижений на соревнованиях различного ранга, учебно-воспитательный процесс оказывается на втором плане.

Для совершенствования в вузе оздоровительной направленности предмета «физическая культура» считаем необходимым:

1. Ввести в учебный процесс изучение теоретического и методико-практического материала по использованию средств и методов оздоровительной физической культуры;

2. Проводить модернизацию подготовки и переподготовки педагогических кадров в области оздоровительной и адаптивной физической культуры.

3. Кафедрам физического воспитания нужно проводить исследования уровней физической подготовленности и здоровья студентов, которые дадут возможность более эффективно осуществлять профилактику, коррекцию данных параметров.

4. На основе мониторинга по определению уровня физической подготовленности и здоровья студентов, нужно разрабатывать индивидуальные, оздоровительные программы и внедрять их в учебно-воспитательный процесс физического воспитания.

5. Увеличить двигательную активность студентов до оптимального уровня (не менее 6-8 часов в неделю) за счет ее эффективного интегрирования с учебными, внеучебными и самостоятельными формами занятий физическими упражнениями

Литература

1. Онгарбаева Д.Т. Экология, здоровье и физическая подготовленность молодежи Казахстана. //XLV Международная научно-практическая конференция " *Health protection and phisical development of a person in conditions of the biospheric crisis*» London.2013

2. Мадиева Г.Б., Онгарбаева Д.Т., Мадиев Е.К. Физическая подготовленность студенток, занимающихся в группах различной спортивной направленности // XVI Всероссийская научно-практическая конференция «Актуальные вопросы физической культуры и спорта». – Томск: Издательство ТГПУ, 2013 .- С.98-99.

3.Вишнякова Н.П. Организация учебного процесса в специальном учебном отделении КазНУ им. аль-Фараби. Актуальные проблемы безопасности жизнедеятельности и физической культуры в XXI веке: интеграция науки и практики // Материалы II Международной научно-практической конференции.- Невинномысск, 2012.- С-36-3.

В.Д. Паначев

ФГБОУ ВПО «Пермский национальный исследовательский политехнический университет», Россия, Пермь

ПРОБЛЕМЫ СПОРТИВНОЙ БАЗЫ

Все мы находимся под шоковым впечатлением от прошедших грандиозных спортивных событиях в России – Универсиада в Казани и Олимпиада в Сочи! Любой специалист нашей отрасли, а тем более вузовский преподаватель физической культуры не раз в душе завидовал прекрасной спортивной базе, которые были построены именно к этим эпохальным соревнованиям. В большинстве же вузов России спортивные базы далеки до этих рубежей. Это огромная проблема развития массовости и спортивного мастерства не только студентов, но и всех сотрудников университетов России. С учетом ввода в активную фазу Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и активизации массовой работы по оздоровлению населения нашей страны, в вузах должны быть современные спортивные сооружения для этого.

Физическое воспитание студентов вузов должно осуществляться с учетом условий и характера их предстоящей профессиональной деятельности, а значит,