



ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

МОНОГРАФИЯ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ ПЕРСПЕКТИВНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ
им. ЛОМОНОСОВА

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

МОНОГРАФИЯ

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
2023

УДК 796.011.1
ББК 75
Ф50

Физическая культура и спорт в образовательной организации: монография / под общ.ред. научного совета МИПИ им. Ломоносова. – СПб.: МИПИ им. Ломоносова, 2023. – 80 с.

ISBN 978-5-907676-43-5

DOI 10.58351/M230324.2023.29.39.001

<https://disk.yandex.ru/d/ukWIZBQX8pNxPg>

Рецензенты:

Романов П.И., д.т.н., проф., директор НМЦ Координационного совета Минобрнауки России, Почетный работник ВПО РФ, аккр. эксперт Рособнадзора (гос. аккредитация образовательных учреждений и научных организаций), эксперт Совета по образовательной политике Комитета по образованию Правительства СПб, эксперт рабочей группы по развитию проф. образования в нац. системе квалификаций Нац. совета при Президенте РФ
Сингуринди Э.Г., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой физической культуры СПбГЛТУ

Информация об авторах:

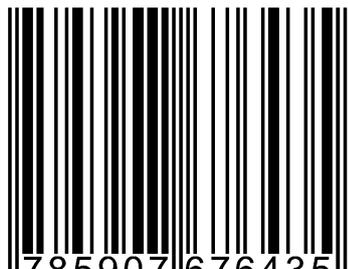
Бровашова О.Ю., *Тумасян Т.И.*, *Клепиков И.Г.*, *Бровашов Н.С.* (глава 1); *Михайлюк Н.В.*, *Хильчевская И.В.* (глава 2); *Грищенко А.В.* (глава 3), *Авсеенко Н.В.* (глава 4); *Тищенко Р.В.* (глава 5); *Орлова Л.Т.*, *Плаксина О.А.*, *Еськов Е.А.* (глава 6); *Скиба И.А.*, *Коновалов И.Е.* (глава 7); *Жалбэ М.Г.* (глава 8); *Чащин В.В.*, *Мирошникова А.Н.* (глава 9); *Михайлюк Н.В.*, *Хильчевская И.В.*, *Майоров Д.И.* (глава 10); *Коренькова Н.А.*, *Козлова А.А.* (глава 11)

Информация об издании предоставлена в систему Российского индекса научного цитирования – **РИНЦ** по договору 949-12/2022К

Электронная версия опубликована и находится в свободном доступе на сайте: www.spbipi.ru

В монографии исследуются современные тенденции и проблемы обучения по дисциплине «Физическая культура» в образовательных организациях. Уделяется внимание актуальным в настоящее время педагогическим подходам, принципам обучения, современным методам преподавания в этой сфере. Интерес для читателя представляют разделы с примерами практической реализации представленных теоретических положений. Адресовано преподавателям и учителям физической культуры вузов, колледжей и школ, специалистам в области физического воспитания, студентам и аспирантам, обучающимся по направлению "Физическая культура".

ISBN 978-5-907676-43-5



9 785907 676435 >

ISBN 978-5-907676-43-5

Коллективная монография

Подписано к изданию с оригинал-макета 24.03.2023.

Формат 60x84/8. Гарнитура Time New Roman.

Усл.печ.л.4,3. Объем данных 12Мб. Тираж 500 экз.

Международный институт

перспективных исследований им. Ломоносова

197348, Санкт-Петербург, Коломяжский пр.,

Бизнес-центр Норд-Хауз, info@spbipi.ru

©МИПИ им. Ломоносова, 2023

©Коллектив авторов, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	11
Глава 1. Физическая культура и спорт – основа здоровой и долгой жизни.....	12
Глава 2. Индивидуальный стиль здорового образа жизни – цель обучения в системе физической культуры.....	16
Глава 3. Сохранение и укрепление здоровья студентов средствами физической культуры в вузе.....	20
Глава 4. Физическое развитие и физическая подготовленность студентов медицинского университета.....	24
Глава 5. Формирование патриотических ценностей юношей в процессе занятия спортом.....	29
РАЗДЕЛ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	33
Глава 6. Формирование универсальных компетенций на практических занятиях по физической культуре в высших учебных заведениях.....	34
Глава 7. Сравнительный анализ федерального государственного образовательного стандарта второго и третьего поколения по специальности «Лечебное дело», в контексте профессионально-прикладной направленности практической дисциплины по физической культуре.....	37
Глава 8. Возможности использования образовательной кинезиологии в процессе физического воспитания студентов.....	42
Глава 9. Психологический тренинг в физической культуре.....	47

РАЗДЕЛ 3. СОВРЕМЕННЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРЕПОДАВАНИИ ДИСЦИПЛИНЫ "ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА"	53
Глава 10. Применение информационных технологий в образовательном процессе физической культуры.....	54
Глава 11. Использование информационных технологий в работе современного педагога физической культуры.....	58
Нормативно-правовые документы, обеспечивающие основы реализации учебной дисциплины «Физическая культура» в образовательных организациях.....	62
Словарь терминов в области физической культуры и спорта	70
СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ	79

ВВЕДЕНИЕ

Физическая культура является неотъемлемой частью культуры общества и представляет собой совокупность ценностей и знаний, создаваемых и используемых в целях физического и интеллектуального развития человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

Физическое воспитание в образовательных организациях является универсальным средством формирования разносторонней и гармонично развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Учебная дисциплина «Физическая культура» обладает широкими возможностями в использовании форм, средств и методов обучения, воспитания и оздоровления. Ее содержание направлено на развитие физических качеств, двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурно-спортивной деятельности, формирование культуры здорового образа жизни, формирование национально-культурных ценностей и традиций.

Освоение учебного предмета «Физическая культура» создает условия для развития мотивации обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, отражает результаты обучения, включающие положительную динамику личных показателей физического развития, физической подготовленности, физического совершенствования каждого обучающегося. Умения выполнять технические и тактические действия, приемы и физические упражнения из различных видов спорта важны для дальнейшего использования в двигательной деятельности на протяжении всей жизни человека.

В процессе преподавания учебного предмета «Физическая культура» формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретается опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учетом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физического воспитания для организации учебной, внеурочной и досуговой деятельности.

Физическая культура и здоровый образ жизни учащихся образовательных организаций – залог здоровья нации, основа национальной безопасности.

В качестве основных проблем при изучении и преподавании учебного предмета «Физическая культура» можно выделить следующие проблемы:

1. Проблемы мотивационного характера.

В современных условиях значительное снижение мотивации обучающихся к учебному предмету «Физическая культура» связано с рядом причин:

- несоответствие личностных интересов обучающихся и содержания программ учебного предмета;
- несовершенство механизмов, позволяющих формировать у обучающихся навыки самостоятельной учебной деятельности с учетом уровня их физического развития, физической подготовленности, индивидуальных особенностей здоровья и интересов;
- неэффективность механизмов использования сетевой формы реализации образовательных программ и программ дополнительного образования, ресурсов физкультурно-спортивных и иных организаций для осуществления обучения.

2. Проблемы содержательного характера.

Содержание учебной дисциплины «Физическая культура» не в полной мере обеспечивает:

- преемственность и взаимосвязь уровней образования;
- интеграцию и равные возможности для обучающихся в использовании различных видов и форм обучения и средств физической культуры и спорта;
- системность вариативного, разноуровневого подхода к процессу обучения предмету (с учетом состояния здоровья, физического развития и интересов обучающихся);
- формирование у обучающихся навыков здорового и безопасного образа жизни;

- единые подходы к критериям и методикам оценивания успеваемости обучающихся по учебному предмету;
- механизмы педагогического и медицинского контроля за занятиями физической культурой;
- и др.

3. Проблемы методического характера.

В методическом обеспечении учебной дисциплины недостаточное внимание уделяется:

- созданию современных, научно обоснованных технологий обучения в области физической культуры и спорта;
- методикам выявления одаренных учащихся в области физической культуры;
- современным методам и средствам обучения для лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья;
- обновлению учебно-методических комплексов и программ мониторинга состояния физической подготовленности обучающихся с учетом современных технологий;
- созданию единой федеральной электронной библиотеки (базы) образовательных проектов, программ и модулей по учебному предмету, самостоятельной работе, лучших отечественных традиций и успешных мировых практик в области физического воспитания;
- развитию образовательных информационных ресурсов для преподавателей физической культуры;
- созданию безопасных условий для всех форм занятий физкультурно-спортивной направленности;
- современному оснащению спортивных залов инвентарем и оборудованием в соответствии с запросами участников образовательных отношений.

В качестве основных задач по совершенствованию обучения по дисциплине «Физическая культура» можно выделить:

- модернизация содержания на основе взаимосвязи учебной и самостоятельной работы, а также дополнительного образования, с учетом новых методов обучения, образовательных технологий;
- совершенствование учебно-методического обеспечения и материально-технического оснащения;
- обеспечение условий для приобретения обучающимися умений и навыков, способствующих повышению личных показателей физического

развития, физической подготовленности, освоению широкого социального спектра универсальных компетенций, необходимых для выполнения различных видов будущей профессиональной деятельности, выходящих за рамки дисциплины «Физическая культура»;

- расширение базы информационных ресурсов, необходимых для реализации образовательных программ, технологического инструментария деятельности обучающихся и преподавателей;
- повышение у обучающихся мотивации к регулярным занятиям физической культурой и формирование навыков здорового образа жизни.
- развитие информационных ресурсов: реализация образовательных программ в современных условиях предусматривает для обучающихся и педагогических работников необходимость развития образовательных информационных ресурсов, включающих: форматы организации индивидуальной (совместной) деятельности обучающихся, сетевые модули для самостоятельной работы по программам, отдельным темам и разделам по физической культуре, спорту, физическому воспитанию;
- банки современных средств диагностики результатов обучения, физического развития, определения уровня здоровья, физической подготовленности.

Для формирования у обучающихся мотивации к регулярным занятиям физической культурой и использованию навыков здорового образа жизни целесообразно:

- обеспечить условия для индивидуализации обучения, профессиональной ориентации, выявления и поддержки обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры;
- обеспечить условия для участия обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в различных формах обучения, в том числе конкурсных мероприятиях;
- обеспечить в ходе реализации образовательных программ, сетевое взаимодействие с использованием ресурсов иных организаций (научных, медицинских, культурных, физкультурно-спортивных), а также организаций дополнительного образования;
- разработать механизмы формирования навыков здорового образа жизни, соответствующего мировоззрения и поведения, создание и реализацию индивидуальных образовательно-воспитательных проектов.¹

¹ Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации...», утверждена Министерством просвещения Российской Федерации 24 декабря 2018 года

В монографии «Физическая культура и спорт в образовательной организации», исходя из перечисленных проблем и задач, исследуются современные тенденции и проблемы обучения по дисциплине «Физическая культура» в образовательных организациях. Уделяется внимание актуальным в настоящее время педагогическим подходам, принципам обучения, современным методам преподавания. Материал, представленный в монографии основан на личном опыте, на основе теоретических изысканий и практических решений авторов.

В монографии представлено 3 раздела: Основы физического воспитания в образовательной организации, Физическая культура как учебная дисциплина в образовательной организации, Современные информационные технологии в преподавании дисциплины «Физическая культура». В монографии приведены нормативно-правовые документы, обеспечивающие основы реализации учебной дисциплины «Физическая культура» в образовательных организациях и словарь терминов в области физической культуры и спорта.

В первом разделе рассмотрены вопросы влияния физической культуры и спорта на жизнь и здоровье человека, исследуются здоровьесберегающие технологии, как совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных, как на защиту здоровья, так и на формирование особого отношения к здоровому образу жизни. При этом обращается внимание на важную роль в пропаганде здорового образа жизни единства административного руководства образовательной организацией и студенческого самоуправления. Особый интерес представляет исследование физического развития и физической подготовленности студентов, результаты которого позволяют выработать подходы к формированию у студентов мотивации к регулярным занятиям физической культурой и навыков самоконтроля за показателями здоровья. В разделе рассматриваются условия, способствующие формированию патриотических ценностей среди юношей, занимающихся спортом, воспитанию их патриотических убеждений, эмоций и поступков.

В разделе 2 физическая культура рассматривается как учебная дисциплина в образовательной организации. Уделяется внимание формированию универсальных компетенций на практических занятиях по физической культуре. Проводятся сравнительных анализ ФГОС ВО второго и третьего поколений (на примере конкретной специальности) в контексте профессионально-прикладной направленности практической дисциплины по физической культуре. Исследуется взаимосвязь двигательной и когнитивной сферы личности. Поднимается вопрос важности психологического тренинга в

рамках дисциплины «Физическая культура», как комплекса мер, направленного на становление правильного психического развития.

Третий раздел посвящен использованию современных информационных технологий в преподавании дисциплины «Физическая культура». Рассмотрены возможные направления использования современных информационных технологий в процессе обучения по дисциплине «Физическая культура». Выделены проблемы, связанные с применением информационных технологий преподавателями в практической деятельности.

РАЗДЕЛ 1
ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ



Глава 1.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ – ОСНОВА ЗДОРОВОЙ И ДОЛГОЙ ЖИЗНИ

Бровашова О.Ю., Тумасян Т.И., Клепиков И.Г., Бровашов Н.С.

Физическая культура, спорт и здоровье тесно связаны друг с другом. Экология, современный ритм жизни и содержание вокруг негативных микрочастиц сильно подрывают здоровье. Поэтому, является необходимостью защищать свой организм известными для всех методами – правильным питанием, посещением по необходимости врача, производить профилактические действия, которые позволяют усилить иммунную систему и посещением спортивного зала для укрепления физической формы.

В настоящее время, физическая активность у большинства людей сильно уменьшилась по сравнению с прошлыми веками, так как в настоящее время развития технического прогресса многие действия людей стали легко заменяемы компьютерными технологиями и человеку уже не требуется уделять большие физические усилия. В связи с этим, возникает медленное снижение физических функций человека, ослабляется скелетно-мышечный аппарат, изменяется в негативную сторону работа его внутренних органов. Влияние недостатка физической активности наносит урон на всю систему организма человека в целом, впоследствии приводя к различным заболеваниям. Исходя из этого, не сложно понять, что физическая активность является важной составляющей в полноценной, здоровой жизни человека.

Как влияет спорт на организм человека? Множество статей и исследований написано на данную тему. Можно выделить основные моменты, которые являются особо важными при изучении положительного влияния занятий спортом.

Укрепление опорно-двигательного аппарата. Происходит развитие объемов и силовых показателей мышц, кости становятся более твердыми и устойчивыми к различным нагрузкам. Бег, легкий фитнес и кардиотренировки способствуют наполнению кровеносных сосудов кислородом, задействуются различные группы мышц, что способствует кислородному наполнению организма. Благодаря тренировкам, организм напитывается энергией и активизируются обменные процессы. Регулярные занятия спортом способствуют лечению многих болезней позвоночника.

Укрепление нервной системы. Положительное влияние тренировки оказывают на нервную систему организма. Развивается ловкость, тело более быстро приспосабливается к нагрузкам, нервные клетки становятся более устойчивыми к различного рода стрессам.

Улучшается сердечно-сосудистая система. Физическая культура способствует снабжению клеток организма кислородом, большие нагрузки заставляют сердце работать интенсивнее, перекачивается большой объем кислорода. Сосуды и сердце натренированного человека имеют способность к быстрому восстановлению.

Несмотря на то, что изначально все люди рождаются «одинаковыми», по прошествии лет выясняется, что далеко не все способны на покорение спортивных рекордов. И зачастую каждый человек обладает своим индивидуальным уровнем подготовленности, который может зависеть как от генетики и наличия хронических заболеваний, так и от иных особенностей организма.

Конечно, регулярные тренировки улучшат физические показатели любого человека. Только вот предел у всех разный. Именно поэтому даже в учебных заведениях существуют общие и специальные группы по физической культуре (в последнюю входят ученики, имеющие противопоказания к каким-либо нагрузкам, слабое здоровье и иные нюансы).

Однако наличие индивидуальных особенностей не означает, что человек не должен умеренно заниматься спортом. Ведь это способствует оздоровлению. Также ограничены в возможностях физической активности и пожилые люди. Но им также необходимы физические нагрузки. Именно поэтому стоит выделить виды физической активности, которые доступны практически каждому. Это также будет полезно и людям, имеющим низкий достаток, у которых нет средств на посещение фитнес-клубов.

Утренняя гимнастика – как правило, к ней люди приучаются с раннего детства. По крайней мере, многие родители стремятся сделать ее полезной привычкой. Безоговорочными плюсами служат: ее благотворное действие на весь организм, быстрота и простота выполнения, отсутствие чрезмерных нагрузок при достаточно высоком эффекте от регулярных занятий. Практиковать зарядку могут практически все – кроме лежачих больных. Конечно же, комплекс упражнений можно выработать с учетом общего состояния здоровья;

Ходьба – ею можно заниматься в любом возрасте, в любом месте и при любых обстоятельствах. Этот простой вид активности укрепляет сердце, тренирует выносливость, сжигает калории. Мало того, он безвреден – главное определить свою «норму»;

Бег – он намного эффективнее ходьбы, но подойдет не всем. Допустим, пожилые люди, имеющие проблемы с ногами либо люди с ограниченными возможностями не смогут практиковать его. В таких случаях необходима ходьба;

Активные игры на свежем воздухе с детьми либо животными – молодые родители и собаководы могут заметить, что с появлением чад либо питомцев, они волей – неволей стали более активными, бодрыми и спортивными;

Плавание помогает особенно хорошо в борьбе с болями в позвоночнике. А также с избыточным весом, бессонницей, помогает укрепить нервную и иммунную систему, улучшает работу сердца и кровеносной системы. Плаванье является одним из безопасных видов, поэтому чтобы у ребенка была правильная осанка, его приучают к воде еще с самого раннего возраста.

В целом, не суть важно, какой вид активности будет избран. Главное – факт этой самой активности и регулярность умеренных нагрузок. Общедоступность спорта на открытом воздухе, пропагандирование занятий спортом – это большой шаг к оздоровлению людей и всей нации, важнейшая составляющая здорового образа жизни, предпосылка полного отказа от вредных привычек, залог увеличения периода активного выполнения социальных функций. Всё это важнейшее условие для формирования того, чтобы здоровый образ жизни стал естественным образом жизни людей.

Энергозатратный уровень, падающий из-за минимального движения, ухудшает работу в мышечной, дыхательной и сердечно – сосудистой системах. Это сказывается на организме и приводит к неизбежным болезням.

При постоянно активном образе жизни в организме, лучше происходит метаболизм. Многие люди страдают от психических расстройств, негативно влияя на мозг. На психологическом уровне человека, спорт также имеет весомость и не дает пробраться депрессии и тревоге. Физкультура, в каком – то роде, стресс для организма, поэтому стрессоустойчивость от спорта, улучшает в человеке быструю реакцию на принятие решений в сложных ситуациях. Физическая активность улучшает мышление, убирает раздражительность и нервозы. Во время занятий спортом, человек ставит какие – то цели и определенно добивается, чувствует гармонию с телом, борется с ленью вырабатывая силу воли. Например, наблюдения и утверждения американских врачей показывает, что бег, самое эффективное средство для борьбы с депрессией.

Мир устроен так, что людям не хватает времени для своего здоровья. Но каждый должен расставлять приоритеты, что важнее работа или полноценная жизнь? Каждую минуту можно уделять время для здоровья, где бы не находился человек. Заниматься спортом можно на работе, например, делать разминки рук, головы, шеи, не вставая с рабочего кресла. Вместо поднятия на лифте, пробежаться по лестничному подъему. После приема пищи, можно выйти на несколько минут подышать воздухом. В каждом мгновении нужно искать возможность к движению, и этим наполнять тело положительной

энергией. Не важно, что означает спорт, игра или соревнования, важно понимать – человек живёт движением.

1. Немцева Е.В., Рыжкин Н. В., Бровашова О. Ю. Использование психологических практик в тренировочном процессе (науч. статья)// Сборник избранных статей по материалам научных конференций Гуманит. науч.-исследоват. ин-т «Нацразвитие». – СПб.: ГНИИ «Нацразвитие», 2019. – Ч. 2. – С. 199-201

2. Немцева Е.В., Степичева Н. В., Нещерет Н. Н., Иванова А. А. Использование здоровьесберегающих технологий в образовании (науч. статья)// Science of Europe. – 2019. – № 35-4. – Р. 42-43

3. Немцева Е.В., Нурдыгин Е. А., Рыжкин Н. В. Развитие физической культуры и спорта в Советской России в середине 1920-х годов (науч. статья)// Культура физическая и здоровье. – 2019. – № 2 (70). – С. 15-17

4. Степичева Н.В., Бровашова О.Ю. Физкультурно-оздоровительная работа в формировании физического здоровья студентов// В сборнике: Инновационные преобразования в сфере ФКСиТ. Научные труды XX Международной научно-практической конференции. Министерство спорта РФ; Научно-методический совет по физической культуре Юга РФ; ФГБОУ ВО "Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)". 2017 С.210-212.

5. Немцева К.В., Немцева Е.В., Проблемы физической культуры, спорта, туризма и инновационные возможности их решения (науч. статья)// Сборник избранных статей по материалам международной студенческой научной конференции «Поколение будущего», Гуманит. науч.-исследоват. ин-т «Нацразвитие». – СПб.: ГНИИ «Нацразвитие», 2020. – С. 75-79.

6. Бровашова О.Ю., Алейник М.С., Тумасян Т.И. Физическая культура и спорт – основа здоровой и долгой жизни // Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ "Нацразвитие" (Санкт-Петербург, Сентябрь 2020). Международная студенческая научная конференция "Поколение будущего" – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2020. С.15-18

Глава 2.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СТИЛЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ – ЦЕЛЬ ОБУЧЕНИЯ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Михайлюк Н.В., Хильчевская И.В.

Физическая культура – стала общественной культурой, являясь ее органической и функциональной частью. Она удовлетворяет социальные потребности в общении, предоставляя различного рода игры и развлечения, в некоторых формах самовыражения личности, через активно – полезную деятельность. На современном этапе развития в условиях качественного и количественного преобразования всех сфер жизни и взаимодействия социума, возрастают требования к физической подготовке подрастающего поколения: школьников и студентов. С возрастанием требований количественно преобразовывается и тенденция к поддержанию здорового образа жизни среди населения, начиная со школьного возраста. Студенты, стремятся содержать здоровье в порядке, поэтому приобщаются к физической культуре, нередко посещая, например: спортивные залы или организуют занятия спортом на свежем воздухе. Здоровье – это гармония и внутрисистемный порядок организма, обеспечивающий достаточный уровень энергетического потенциала, который позволяет человеку чувствовать себя хорошо и оптимально выполнять свои биологические и социальные функции [1].

Существует множество факторов, нарушающих эту гармонию и влияющих на неё, а именно: нервно-психические перенапряжения, психические переутомления, недостаточная двигательная активность, неправильная осанка, переохлаждение, нарушение режима и культуры питания, экология, курение, употребление алкоголя, наркотиков и другие вредные привычки, а так же следствия, возникающие из-за плотного учебного и рабочего графика школьников и студентов. С каждым годом возрастает умственная нагрузка и происходит сужение свободного времени, что, несомненно, сказывается на здоровье подрастающего поколения. Для поддержания здорового образа жизни люди создали целый комплекс направлений, получивший название «Здоровьесберегающие технологии», позволяющий прививать тягу к здоровому образу жизни.

Здоровьесбережение, предполагает совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных, как на защиту здоровья, так и на формирование особого отношения к здоровому образу жизни. Не существует единой уникальной системы – оздоровления. Здоровьесбережение, может быть частью процесса различной направленности:

Медико-гигиенические технологии:

- профилактика заболеваний,
- коррекция и реабилитация здоровья,
- санитарно-гигиеническая деятельность.

К медико-гигиеническим технологиям относятся:

- контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий;
- регулярное посещение врачей и вакцинация, поможет предотвратить заболевания или выявить их на ранней стадии.

Физкультурно-оздоровительные технологии:

предпочтение отдается

- физическим упражнениям, направленным на развитие выносливости, силы, быстроты, гибкости и других качеств,
- а также закаливание.

Конечно, нельзя отрицать, что устойчивость организма зависит от врожденных качеств организма, однако он легко поддается тренировке посредством адекватного уровня физической нагрузки и восприимчивости к воздействиям внешних факторов.

Эко – технологии.

Предполагается создание гармоничных взаимоотношений с природой и экологических условий жизни, а также разумное природопользование. Множество заболеваний, являются следствием ухудшения условий окружающей среды, что, в свою очередь, происходит из-за влияния человечества на природу. Таким образом, человек сам, является причиной ухудшения общего уровня жизни и может самостоятельно изменить ситуацию.

Социальные технологии. Проведение различной социальной работы, направленной на формирование самосознания в области здорового образа жизни. Например, мотивирование к личной ответственности за свое здоровье, просвещение и информирование населения о причиняющих вред факторах и другие просветительские работы в этой области.

Задача формирования и укрепления здоровья может быть по-настоящему решена лишь при комплексном подходе к проблеме. Двигательная активность, ее количество и интенсивность, наличие или отсутствие хронических заболеваний; физические упражнения нормализуют деятельность внутренних органов, а также оказывают положительное влияние на иммунитет; влияние оказывает и употребляемая пища, ее количество и качество, насыщенность витаминами и микроэлементами и множество других факторов. Поэтому, здоровье сберегающие технологии можно понимать, только как комплекс мер различной направленности. Высокий уровень здоровья обозначает – качество жизни: достижение долголетия и возможности принимать активное участие в общественной, семейной, бытовой, трудовой и досуговой формах жизнедеятельности. Поэтому, здоровьесберегающие технологии, получают все

большое распространение. Повышение ценности здоровья, делает развитие этой сферы все более важной, и способствуют укреплению в умах мысли о важности здоровьесбережения.

В процессе развития физической культуры, появилось также новое направление, которому отдают предпочтение молодые люди, наши современники: «Рекреационная физическая культура» [3]. Рекреационная физическая культура – выбор, многогранность и разнообразие – одно из наиболее актуальных направлений физической культуры среди учащейся молодежи. Предполагает самостоятельность выбора вида физкультурных направлений с учетом интересов, возможностей и других особенностей личности. Иными словами, физическую рекреацию можно с легкостью отождествить с полной свободой характера занятий, их продолжительностью, средств, методов, формы организации.

В составе физической рекреации можно выделить следующие аспекты двигательной активности:

- а) мобилизация организма в ходе двигательной активности;
- б) удовлетворение биологических потребностей организма в активном движении;
- в) профилактика неблагоприятных воздействий на организм вследствие возникновения стрессовой ситуации;
- г) восстановление функций организма, ранее утраченных или временно снизившихся под каким-либо внешним воздействием.

Рекреационную физическую культуру можно назвать комплексным и благоприятным воздействием на физиологическое здоровье, потому что помимо двигательной активности включаются такие методы воздействия, как интеллектуальные и эмоциональные виды занятий. Чаще всего занятия рекреационной физической культурой носят гедонистический характер (удовлетворение и наслаждение) от приобретения уверенности владения своим телом. [5] Задачи рекреационной физкультуры весьма разнообразны и носят частный характер.

Среди задач подобного вида физкультуры можно выделить следующие:

- а) активный отдых: заключается в удовлетворении потребностей человека в физических нагрузках, после учебы или работы;
- б) замещение одного вида деятельности другим.

Нередко бывает, сидя за компьютером несколько часов подряд, выполняя интеллектуальную работу, организм заметно утомляется, что проявляется в ненавязчивом желании потянуться, размять мышцы или просто прогуляться на свежем воздухе – это и является заменой одного вида двигательной деятельности на другой.

Подводя итоги вышеизложенного – физическая культура, как «ЗОЖ» – обще социальное достоянием народа и одно из средств воспитания, гармонично сочетающего внутри своей личности духовно-нравственный потенциал, физическое совершенство и моральную идеологию. Роль физической культуры и ее активного развития нельзя приуменьшать, ведь именно она, занимает важное место в жизни общества, совершенствующего свои духовные и физические начала, приводящие к пользе всего здоровья и функциональности общественных отношений.

1. Михайлюк. Н.В., Хильчевская. И.В. Формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи. Статья//конференция: Экономика и Менеджмент в XXI веке: информационные технологии, биотехнологии, физкультура и спорт. – Москва 2020 – С. 196 – 198

2. Скопелева, А. С. Физическая культура и ее влияние на решение социальных проблем/ А. С. Скопелева // Международный студенческий научный вестник. – 2009. – № 4-4.;

3. Андреева, Г. М. Социальная психология: учебник для высших учебных заведений / Г.М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 2007. – 135 с.

4. Шеряева, Е. А. Физическая культура и спорт в современной России / Е. А. Шеряева // Успехи современного естествознания. – 2018. – № 10. – С. 185-189;

5. Хашханок, А.К., Подготовка специалистов к физкультурно-рекреационной деятельности: монография/А.К., С.А. Хазова. Майкоп, 2009 г. С.- 51.

6. Михайлюк Н.В., Хильчевская И.В. Индивидуальный стиль здорового образа жизни – цель обучения в системе физической культуры // Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ "Нацразвитие" (Санкт-Петербург, Ноябрь 2020). Международная студенческая научная конференция "Поколение будущего" – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2020. С.60-63

Глава 3.

СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ

Грищенко А.В.

Физическое воспитание является неотъемлемой составляющей частью обучения, воспитания и профессиональной подготовки специалистов в высших учебных заведениях. В процессе подготовки будущих специалистов значительное внимание должно уделяться не только освоению знаний и навыков профессиональной деятельности, но и развития физических качеств и формированию здорового образа жизни. У современных студентов значительно уменьшились физические, и вместе с тем увеличились эмоционально-психические нагрузки, стрессовые состояния, гиподинамия, которые приводят к снижению адаптивных возможностей организма молодых людей.

Массовые занятия физической культурой и спортом – это ответ на современные условия жизни, недостаточную двигательную активность, которая стала причиной большого количества заболеваний: инфаркт, лишний вес, нарушение обмена веществ, системы кровообращения. [1]

Важной задачей перед педагогическими работниками стоит пропаганда здорового образа жизни.

Основными задачами педагогического коллектива учебного заведения, преподавателей физической культуры:

- 1) Дать студентам научные знания о физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность;
- 2) Формирование у девушек и юношей негативного отношения к курению, пьянства, наркомании;
- 3) Проводить разъяснительную работу среди родителей, напоминать о их ответственности перед обществом за поведение своих детей, ха их антисоциальные действия;
- 4) Стремиться к единству и тесному антиникотиновому, антиалкогольному воспитанию с моральным и физическим воспитанием, прививать студентам навыки личной гигиены, развивать здоровые интересы и увлечения. Умение культурно отдыхать.

Исходя из этого, задачами физической культуры в высшем учебном заведении является:

- формирование у студенческой молодёжи основ теоретических знаний, практических и методических способностей (умений и навыков) по физическому и спортивному воспитанию, физической реабилитации, массового спорта как компонентов их полноценной, гармоничной и безопасной жизнедеятельности;

- приобретение студенческой молодёжи опыта в использовании полученных ценностей в течении жизни в личной, учебной, профессиональной деятельности, в быте и семье;

- обеспечение у студентов надлежащего уровня развития функциональных и морфологических показателей организма, физических качеств, двигательных способностей, работоспособности;

- содействие развитию профессиональных, мировоззренческих и общественных качеств студентов;

- подготовка и участие в различных спортивных и оздоровительных мероприятиях [3].

Для этого необходимо использовать в процессе обучения и воспитания, которые являются неразрывным в вопросах привития навыков сохранения и укрепления здоровья, индивидуальный и дифференцированный подход к процессу физического воспитания, создания многоукладности, которая позволяет студентам осуществлять выбор физических средств для обучения и участия в спортивно-оздоровительных мероприятиях, которые отвечали бы их запросам, интересам, состоянию здоровья, физической и технической подготовленности [2].

Большую роль в пропаганде здорового образа жизни играет единство административного руководства и студенческого самоуправления, которому принадлежат функции, через Совет коллектива физкультуры, организация и руководство физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работой студентов учебного заведения. Авторитет и влияние членов студенческого самоуправления по физкультурной работе, через интересы молодёжи, личный пример членов самоуправления, т.к. в Совет коллектива физкультуры входят наиболее активные и сознательные представители студентов старших курсов, зачастую более эффективно воздействует на основной контингент обучающихся, чем официальные представители руководства и педагогов. Без активного участия студентов преподаватели не смогут самостоятельно проводить спортивно-массовые мероприятия.

Задачи, которые ставит перед собой Совет коллектива физкультуры:

1. Вести активную работу по пропаганде здорового образа жизни.
2. Побуждать студентов учебного заведения на систематические занятия физической культурой, спортом и туризмом.
3. Проводить вне учебные мероприятия, по повышению уровня здоровья, разностороннего физического развития студентов, воспитывать навыки к самостоятельным занятиям физической культурой.
4. Организовывать и принимать участие в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня.

Важной составляющей частью физического воспитания должна быть и система медико-педагогического контроля. Обязательным для преподавателей физической культуры является контроль за физическим развитием двигательной активности студентов. Учебно-воспитательный процесс необходимо начинать с медицинского осмотра, в большей степени для вновь поступивших в учебное заведение. В комплекс обследования входит оценивание:

- физического развития, (состояния той или иной фазы развития);
- состояние нервной, сердечно-сосудистой систем (пульс, артериальное давление);
- дыхательной системы (спирометрия);
- опорно-двигательного аппарата (гибкость. динамометрия). [4]

В процессе обучения уровень физкультурной подготовленности студентов оценивается не только по количественным показателям, но и качественными достижениями. Это качество овладения программным материалом, сформированность основных движений, жизненно необходимых двигательных навыков и умений, умения придерживаться здорового образа жизни, контролировать своё физическое развитие. При проведении занятий по физической культуры, внеаудиторных спортивных и оздоровительных мероприятий, необходимо внедрять новые технологии, которые базируются на использовании современных возможностей биомедицины, компьютерного и информационного обеспечения [5].

-
1. Формирование у студентов ценностно - мотивационной сферы по физическому воспитанию с целью интеллектуальной подготовки их к физическому самосовершенствованию: метод. указания / [авт. – сост. В.В. Баранов, И.Я. Фролов]. – Симферополь: 2008. - 23 с.
 2. Холодов Ж. К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Акадеима, 2002. – 137с.
 3. Теоретические основы и практика воспитания детей и учащейся молодёми средствами физической культуры: учебное пособие / Б. Ф. Ведмеденко - К.,1993. - 152с.
 4. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: учебное пособие для техникумов/ Э. Г. Булич. – М.: Высшая школа, 1986. – 146с.
 5. Свириденко С.О. Влияние мировых культурно-интеграционных процессов на образ жизни современной молодежи и задачи учреждений образования / С.О. Свириденко // Новые технологии обучения. - 2004. - №38.- с. 91 – 92

Глава 4.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Авсеенко Н.В.

Здоровье общества в целом по многим важным критериям определяет состояние различных направлений социального, экономического и других сфер деятельности человека. Значимость здоровья студентов обусловлена тем, что именно они представляют собой интеллектуальный, экономический, социальный резерв общества. Реализовать потенциал способен только здоровый человек. Известен массовый дефицит здоровья среди студентов. Однако квалифицированно оценить это может только спортивный врач.

Следует отметить, что значительная доля молодежи и студентов ведет нездоровый образ жизни: недостаточность физических нагрузок, не правильное питание, отсутствие смысла жизни, пустое времяпровождение, вредные привычки. Тем не менее, образовательные учреждения всех уровней активно проводят работу по физическому воспитанию [2]

Стремительный рост информационных технологий делают учебную деятельность студента все более интенсивной и напряженной. Соответственно, должно возрасть и значение физической культуры как средства оптимизации образа жизни молодежи. Основной целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности, улучшение показателей физической подготовленности и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности. Основными способами физического воспитания молодежи являются: физические упражнения, убеждения, положительный пример.

Прежде всего, необходимо верно подобрать методы определения уровня физического здоровья обучающихся. Это будет залогом того, что студенты будут способны выдерживать адекватные физические нагрузки, выполнять поставленные задачи, тем самым, сократится заболеваемость обучающихся, сведется к минимуму риск летального исхода на занятиях. Это и есть основные требования, которые должны стать основой при выборе методов и технологий для физического воспитания в образовательной деятельности [3].

Следует отметить, что недостаточно отображаются данные о динамике физической подготовленности студентов на протяжении учебного процесса. Недостаточный контроль за динамикой физической подготовленности не позволяет рационально планировать учебно-тренировочные занятия. Многие авторы отмечают рост заболеваемости студентов, который происходит на фоне заметного снижения общего уровня физического подготовленности [4,5,6]. Это

значительно снижает эффективность учебного процесса, а в дальнейшем ограничивает деятельность выпускников вузов. По этой причине уровень здоровья занимающихся физической культурой должен соответствовать требованиям [5].

Актуальность данного исследования обусловлена тем, что, в связи с социальными запросами первостепенное значение должно отводиться поддержанию высокого уровня физической подготовленности, формированию основ самоконтроля за состоянием здоровья. С сентября 2018 г. по май 2019 г. на кафедре физического воспитания и спорта СЗГМУ им.И.И.Мечникова были проведены исследования. Цель исследования – на основе полученных результатов формировать у студентов мотивацию к регулярным занятиям физической культурой и навыки самоконтроля за показателями здоровья. Самоконтроль рассматривается как анализ состояния своего физического развития, физической подготовленности, состояния здоровья, образа жизни.

В соответствии с данной целью в работе были поставлены следующие задачи:

1. Проанализировать антропометрические показатели студентов.
2. Проанализировать показатели физической подготовленности студентов.

Известно, что физическое развитие человека как процесс изменения и становления морфологических и функциональных свойств зависит и от наследственности, и от условий жизни, а также от физического воспитания. Конечно, не все показатели физического развития в одинаковой степени поддаются исправлению в студенческом возрасте: труднее всего рост (длина тела), значительно легче – масса тела (вес). Многие исследователи считают, что этот процесс прекращается у девушек к 17-18 годам, а у юношей к 19 годам из-за недостатка двигательной активности, нарушения обмена веществ, «сбоя» в эндокринной системе организма.

Анализ полученных результатов показал следующее:

средний рост девушек на 1 курсе – 165,4 см;

на 2 – 165,7 см;

на 3 – 166,6 см.

У юношей рост на 1 курсе – 176,8 см;

на втором – 177,4 см;

на 3- 178,3 см.

Результаты исследования показателей веса – следующие:

средние показатели веса тела у девушек на 1 курсе -57,1 кг,

на 2 – 57,4 кг;
на 3- 57,7 кг.
У юношей: на 1 курсе -65,2 кг;
на 2- 68,1кг;
на 3- 70,4кг.

Индекс массы тела – величина, позволяющая оценить степень соответствия массы человека и роста, и, тем самым, оценить, является ли масса тела недостаточной, нормальной или избыточной.

Норму индекса массы тела

на 1 курсе имеют:

девушки – 58 %;

юноши – 46 %;

на 2 курсе

девушки – 54 %,

юноши – 48%,

на 3 курсе

девушки – 44%,

юноши – 45%.

Анализ полученных результатов исследования показал, что только около 50% студентов имеют норму массы индекса. Масса тела (вес) поддается значительным изменениям как в ту, так и в другую сторону при регулярных занятиях физическими упражнениями и сбалансированном питании.

Результаты показателей физической подготовленности следующие:

девушки: 100м в среднем бегут

на 1 курсе за 16,4,

на 2- 16,5,

на 3- 20,2.

Юноши бегут 100 м:

на 1- 13,8;

на 2 – 13,7;

на 3- 13,5.

Девушки 2000м в среднем пробегают:

на 1 курсе – 13,4;

на 2- 13,5;

на 3- 13,7.

Юноши 3000 м в среднем пробегают

на 1 курсе: 13,8;

на 2- 13,7;

на 3- 13,5.

Прыжок в длину с места девушки

на 1 курсе выполняют- 164 см;

на 2- 163 см;

на 3- 160 см.

Юноши прыжок в длину с места выполняют

на 1 курсе – 224 см;

на 2- 228 см;

на 3- 231 см.

Анализ результатов физической подготовленности показал следующее: у девушек наблюдается снижение результатов физической подготовленности, у юношей незначительное улучшение показателей. На основании полученных результатов пришли к пониманию необходимости самоконтроля студентами и преподавателями динамики показателей здоровья и уровня физической подготовленности.

Положительная динамика показателей – это основной критерий качества учебного процесса, которая считается важным условием планирования и организации по физическому воспитанию в образовательном учреждении. Динамика результатов физической подготовленности обучающихся является показателем результативности образовательного процесса [1].

Комплексный мониторинг позволяет выявлять и разрабатывать эффективные формы, методы и средства физического воспитания. Определение динамики результатов контрольных испытаний по физической культуре и методически правильно построенный учебный процесс считаются основными условиями повышения эффективности физического воспитания в образовательном учреждении.

1. Аронова Т.В. Педагогика физической культуры: Учебник для студентов высших учебных заведений / С.Д. Неверкович, Т.В. Аронова, А.Р. Баймурзин. М.: ИЦ Академия, 2013. 368 с.

2. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. М.: Советский спорт, 2013. 431 с.
3. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко. М.: Альфа-М, ИНФРА-М, 2012. 336 с.
4. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учебное пособие / М.Я.Виленский, А.Г.Горшков. – М.: КноРус, 2013. – 240 с.
5. Дианов Д.В. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью / Д.В. Дианов, Е.А. Радугина, Е Степанян. М.: КноРус, 2012. 184 с
6. Зиновьев, Н. А. Причины ухудшения состояния здоровья студенческой молодежи. Физическая культура студентов: Материалы 59 СПб межвузов научно – практической конференции по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений России/ Под ред. Кандидата Педагогических наук проф. С. С. Крючека – СПб: Издательство «Олимп – СПб», 2010 – 350 с.
7. Авсеенко Н.В. Физическое развитие и физическая подготовленность студентов медицинского университета // Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ "Нацразвитие" (Санкт-Петербург, Август 2019). Международная научная конференция "Образование. Культура. Общество" – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2019. С.206-208

Глава 5.

ФОРМИРОВАНИЕ ПАТРИОТИЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ ЮНОШЕЙ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ

Тищенко Р.В.

В процессе формирования личности молодого человека важная роль принадлежит образованию и воспитанию в сфере спорта и физической культуры, создающим не только фундамент здоровья, но и способствующим формированию лидерских качеств, развитию мужества, собранности, быстрой реакции, становясь своего рода «жизненной философией» молодого человека. По мнению Президента Российской Федерации В.В. Путина, спорт является «площадкой, которая воспитывает в духе патриотизма, стремления добиваться наивысшего результата, стремления к победе» [2].

Подготовка спортсменов – это многолетний процесс, результаты которого во многом зависят от мотивов, потребностей, намерений, побуждений, свойств личности молодого человека. Патриотические идеи, развитие патриотических ценностей среди подрастающего поколения будут способствовать не только развитию гражданского патриотизма у молодых людей, но и формированию у них активной жизненной позиции, морально-волевых качеств, самоотверженности, преданности коллективу, способности бороться за свои интересы и интересы своей страны, стремлению добиваться наивысшего результата в спорте. Это будет способствовать уменьшению влияния на молодежь тех средств массовой информации, которые транслируют ценности [2], чуждые российским гражданам. Хотя групповые занятия спортом могут способствовать социальной интеграции [3] и укреплению взаимосвязей между спортсменами.

На наш взгляд, в процессе патриотического воспитания юных спортсменов следует учитывать гендерные особенности формирования высокого патриотического сознания и патриотических ценностей. Так, отличительными особенностями воспитания патриотизма у подростков мужского пола является восприятие патриотических ценностей сквозь призму служения Отечеству.

Патриотизм может стать центральной идеей в формировании зрелой «мужской» системы мировоззрения у юношей, чему будет способствовать присущий этому возрасту максимализм, азарт, желание совершить выдающиеся поступки, рационализация восприятия патриотических ценностей. Иными словами, в сознании юноши, занимающегося спортом, мужественность, отвага, сила, патриотизм и гражданский долг займут первое место в иерархии жизненных ценностей.

Примером может стать гражданская позиция бойца смешанных единоборств (ММА) Владимира Минеева, сделавшего паузу в спортивной карьере, во время частичной мобилизации, несмотря на имеющуюся «бронь», подписавшего контракт на службу в армии и принявшего участие в специальной военной операции по обеспечению безопасности России от внешних угроз.

Учитывая сложившуюся ситуацию, физическое и патриотическое воспитание подростка должно проводиться путем организации спортивно-патриотической деятельности. Показателем ее успешности и результативности будет восприятие юношами спортивных побед и достижений сквозь призму социальных, патриотических ценностей, а не только как личное свершение и награда.

Следует признать, что в условиях реальной действительности объединения спортивной направленности используют потенциал патриотического воспитания явно недостаточно: деятельность по формированию патриотических ценностей среди юношей часто проводится фрагментарно и бессистемно, поскольку тренеры видят главной своей задачей достижение спортивного результата, а усвоение социокультурных, нравственных ценностей уходит на второй план.

Эффективность процесса формирования патриотических ценностей у подростков мужского пола может быть достигнута при соблюдении взаимосвязанных условий:

- 1) обеспечение взаимосвязи между формированием у юношей патриотических ценностей, гражданской позиции и потребностью в физическом развитии, мотивацией занятиями спортом;
- 2) понимание юношами спорта как социальной ценности и значимого для государства блага;
- 3) целостное педагогическое влияние тренерского штаба, оптимально сочетающего как действия, направленные на достижения в спортивной деятельности, так скоординированную работу по развитию патриотической спортивной среды.

Согласно опросам ВЦИОМ, наблюдается тенденция к рассмотрению патриотизма не как к абстрактному понятию, а как руководство к практическому действию (таблица 1). Именно занятия юношей спортом в мужской группе обладают подобным потенциалом, формируя направленность на достижение результатов и представление своей страны как нации сильных мужчин.

Таблица 1 – Ответ россиян на вопрос о том, что для них значит быть патриотом (ВЦИОМ, 2022) [4], %

Представления о патриотизме	2000	2005	2006	2008	2010	2014	2018	2020	2022
Любить свою страну	59	67	69	65	71	72	59	47	50
Работать и действовать во благо/для процветания страны	35	32	29	34	26	36	38	44	50
Защищать свою страну от любых нападков и обвинений	25	27	27	26	27	33	29	32	44
Стремиться к изменению положения дел в стране для того, чтобы обеспечить ей достойное будущее	24	30	29	36	26	34	39	34	34

Примечание:

Приводятся данные исследования ВЦИОМ, проведенного в апреле 2022. Источник: Подборка данных ВЦИОМ. К теме «Мобилизация. Вчера и сегодня» // Социодиггер. 2023. Т. 4. Вып. 1-2 (24): Мобилизация. Вчера и сегодня. С. 28. Режим доступа: https://sociodigger.ru/771/?utm_medium=email&utm_source=UniSender&utm_campaign=291385590.

На наш взгляд, соблюдение обозначенных выше условий может способствовать формированию патриотических ценностей среди юношей, занимающихся спортом, и воспитанию их патриотических убеждений, эмоций, поступков.

1. Липай Т.П., Волкова О.А., Жиленкова О.А. Средства массовой информации в формировании ценностей и стигм у старшеклассников // Социология образования. 2015. № 10. С. 71-75.

2. Развитие спорта поможет воспитать сильную молодежь в духе патриотизма: выступление В.В. Путина на заседании Совета при президенте по развитию физкультуры и спорта // Режим доступа: <https://tass.ru/sport/3232295?ysclid=lbz96uc1me2262266>.

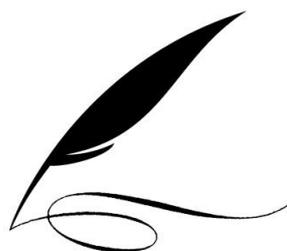
3. Чефонова Е.А., Волкова О.А., Мозговая Е.И. Анализ специфики социальной интеграции населения, проживающего в городских и сельских

населенных пунктах // Вестник Южно-Российского государственного технического университета (НПИ). Серия: Социально-экономические науки. 2016. № 2. С. 154-159.

4. Подборка данных ВЦИОМ. К теме «Мобилизация. Вчера и сегодня» // Социодиггер. 2023. Т. 4. Вып. 1-2 (24): Мобилизация. Вчера и сегодня. 52 с. Режим доступа: https://sociodigger.ru/771/?utm_medium=email&utm_source=UniSender&utm_campaign=291385590.

5. Тищенко Р.В. Влияние спорта на формирование патриотических ценностей юношей // Psychology, Sports science and Medicine (Психология. Спорт. Здравоохранение): сборник статей международной научной конференции (Волгоград, Декабрь 2022) – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2022. С.28-29

РАЗДЕЛ 2
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
КАК УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ



Глава 6.

ФОРМИРОВАНИЕ УНИВЕРСАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ НА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Орлова Л.Т., Плаксина О.А., Еськов Е.А.

Формирование компетенций, в частности, универсальных, у студенческой молодежи является актуальной темой в высшем образовании. Необходимость включения компетенций в образовательный процесс подготовки будущих специалистов, предполагающие не усвоение студентом отдельных друг от друга знаний и умений, а овладение ими в комплексе, обуславливается сегодня требованиями времени. В связи с этим по-иному определяется система методов обучения. Многие специалисты подчеркивают именно практическую направленность компетенций [1,2].

Цель нашей работы: определить условия формирования универсальных компетенций у будущих специалистов на практических занятиях по физической культуре в высших учебных заведениях.

Рассмотрим основные условия формирования наиболее значимых универсальных компетенций у студентов по дисциплине «Физическая культура и спорт» (УК-6, УК-7, УК-8), предусмотренных министерством науки и высшего образования Российской Федерации [3].

1. Мотивационный компонент, который состоит из ряда побуждений, идеалов и ценностных ориентации, потребностей, мотивов, целей, интересов и т.д. На различных этапах развития учебной деятельности эти побуждения приобретают то большее, то меньшее значение и могут выполнять разную роль в общей картине мотивации. В мотиве содержится понимание того, из – за чего и для чего студент должен проявлять активность. Зная особенности мотивационной сферы студентов (отношение к физической культуре, посещаемость занятий, активность, инициатива и самостоятельность на практических и теоретических занятиях, участие в спортивных соревнованиях, секциях, в научных конференциях по физическому воспитанию) и тенденции ее становления, преподаватель может точно ориентироваться в причинах, изменяющих отношение к учению, что позволяет повысить эффективность руководства учебной деятельностью.

Критерии мотивационно компонента являются следующие показатели: **мотивация физкультурной деятельности (внутренняя, внешняя); отношение к физической культуре; мотивация достижения успеха и избегания неудач; создание ситуации выбора; по цели, по значимым условиям организации деятельности, по способам планирования, по**

средствам физической культуры, по способам контроля, оценивания и коррекции.

2. Рефлексивный компонент, включающий следующие положения: вариативность, предусматривающая набор вариантов, соответствующие опыту субъекта в конкретном виде деятельности; диалог, взаимодействие между субъектами на учебных занятиях на принципах доверия и сотрудничества, свободный обмен мнениями, уважение каждого студента к мнению других; творчество, с преобладанием проблемного метода. Применяются такие методы как: взаимообучение, взаимонаблюдение, взаимооценка, взаимопомощь, что позволяет студентам не только выполнять упражнение, предложенное преподавателем, но при смене ролей оказаться в роли обучающего, это создает условия для творческого самовыражения.

Возникновение стойкой потребности в самопознании и самооценке способствует вовлечение студентов в систематическую диагностику своих личностных качеств и особенностей, оценку полученных результатов, формирование адекватной самооценки [4].

Рефлексивная деятельность тесно взаимосвязана с мыслительной деятельностью, в связи с этим, подбор методов и форм организации процесса базируется на методах проблемного изложения материала, основная цель которых: стимуляция студентов к осознанному построению умозаключений, умения адекватно оценивать себя, принятия нестандартных решений.

3. Деятельность преподавателя. Его профессиональные и личностные качества влияют на формирование универсальных компетенций будущих специалистов при реализации следующих педагогических приемов: установление отношений сотрудничества между преподавателем и студентами (преподаватель должен обладать, безусловно, позитивным отношением к студенту); включение студентов в коллективные формы деятельности; привлечение студентов к оценочной деятельности; создание на занятии ситуации успеха; создание для студентов ситуаций выбора (уровня трудности заданий, вида деятельности, учебной группы (на данное занятие) и т.д.). Способность преподавателя знать и понимать студентов, адекватно оценивать их личностные качества, физическую подготовленность и функциональное состояние справедливо считается одним из важнейших профессиональных качеств и ставится на второе место после знания предмета [5,6].

Выводы:

Реализация условий позволяет говорить о больших педагогических возможностях формирования не только универсальных компетенций, включающих знания, умения и навыки у будущих специалистов, но и личностных качеств, без которых также невозможна успешная реализация

будущей профессиональной деятельности. Между тем, при реализации универсальных компетенций достигаются основные цели физического воспитания, в частности: способность студентов к саморазвитию; сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни; потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья; потребность в физическом самосовершенствовании, умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельности и др. [3].

1. Гладышев, А.А. Формирование индивидуальной образовательной траектории студентов физкультурно – спортивного профиля на основе компетентностного подхода (для специализации в сфере фитнеса): автореф. ...дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Гладышев Александр Александрович. – Нижневартовск, 2015. – 20 с.

2. Маркова, А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М. РАГС, 2004. –360 с.

3. Приказ Минобрнауки России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования-бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура» от 19 сентября 2017 г/ <http://fgosvo.ru/>

4. Орлова, Л.Т. Роль преподавателя в формировании рефлексивного компонента в личностно-ориентированном образовании на занятиях по физической культуре/ Л.Т. Орлова/ Труд и здоровье учителя. Социально-медицинские и психолого-педагогические аспекты. Материалы Всероссийской научной конференции. – ГОУ ВПО "Рязанский государственный университет имени С. А. Есенина", 2010. – С. 114 – 115.

5. Коссов, Б.Б. Личность: теория, диагностика и развитие. – М.: «Академический проект», 2000. – 237с.

6. Митина, Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях // Вопросы психологии. – 1997. – № 4. – С. 28 – 39.

7. Орлова Л.Т., Марков А.Ю., Чернов С.К. Формирование универсальных компетенций на практических занятиях по физической культуре в высших учебных заведениях // Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ "Нацразвитие" (Санкт-Петербург, Июль 2019). Международная научно-методическая конференция "Проблемы управления качеством образования" – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2019. С.37-41

Глава 7.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА ВТОРОГО И ТРЕТЬЕГО ПОКОЛЕНИЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ЛЕЧЕБНОЕ ДЕЛО», В КОНТЕКСТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ПРАКТИЧЕСКОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Скиба И.А., Коновалов И.Е.

Актуальность.

На сегодняшний день, профессиональная подготовка будущих медицинских работников является целостной системой образования, которая предполагает органическое единство множества составляющих. Данный факт предполагает наличие определенной структуры в обучении студентов-медиков и целого ряда регламентирующих документов [1].

Современная законодательная вертикаль медицинского образования предусматривает многоуровневую систему разнообразных практических навыков и профессиональных компетенций, необходимых к освоению в процессе обучения, которые устанавливаются Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) [2].

Вместе с тем, по мере совершенствования требований ФГОС, в том числе в области физической культуры, наблюдается ухудшение в состоянии физического здоровья студенческой молодежи по мере перехода от курса к курсу, обозначая проблему несостоятельности современного физического воспитания в ВУЗе [3].

Учитывая данные факты, возникает необходимость анализа ФГОС и места практической дисциплины по физической культуре в стандарте, для определения причин явного отсутствия соответствующей профессионально-ориентированной физической подготовки, которая позволит повысить уровень физического здоровья студента и как следствие, даст возможность будущему специалисту медицинской сферы качественно выполнять свои профессиональные обязанности.

Цель исследования.

Провести сравнительный анализа Федеральных государственных образовательных стандартов по специальности «Лечебное дело», определить роль и значение практической дисциплины по физической культуре с акцентом на ее профессиональную ориентацию.

Результаты исследования и их обсуждение.

Первым стандартом, призванным вывести отечественное медицинское образование на Европейский уровень, является в ФГОС 2-ого поколения. Дисциплина «Физическая культура» являлась одной из основных дисциплин в стандарте ФГОС 2, ей отведен цикл не менее 408 часов общей трудоемкости, при этом согласно пункту 6.1.1 документа, учебное заведение самостоятельно, на основании стандарта, разрабатывает учебную программу для подготовки специалиста [4].

Такое положение дисциплины в структуре основных образовательных программ (ООП) специальности «Лечебное дело», определило дальнейшую тенденцию к приравниванию дисциплины, содержание которой имеет важнейшую профессиональную значимость, к учебным дисциплинам гуманитарного цикла. Как следствие, усреднилось значения физической культуры в общем понимании, со временем возрос процент студентов, имеющих низкий уровень физической и психологической подготовленности, которые в профессиональной деятельности врача имеют основополагающий характер.

Вместе с тем, имея значительные недостатки в позиционировании дисциплины, «Физическая культура» была лишена всяких ограничений и всевозможных рекомендаций. Ответственная кафедра ВУЗа имела возможность самостоятельно проектировать рабочие программы дисциплин (РПД) понимая цели и задачи обучения определенной медицинской специальности.

ФГОС 3 отличается введением базовой (обязательной) и вариативной частей подготовки. При этом вариативная часть устанавливается и разрабатывается вузом самостоятельно, она позволяет расширить изучение 698 определенных базовых (обязательных) дисциплин (модулей), дает возможность обучающемуся получать углубленные знания для успешной профессиональной деятельности. Дисциплина «Физическая культура» в данном ФГОС реализуется в объеме 400 часов, при этом объем практической подготовки составлял не менее 360 часов, так же, в данном стандарте было введено понятие «Компетенция» [5].

Компетенция является совокупностью знаний, умений, навыков и способностей, касающихся определенной специальности. Это комплексная характеристика личности, включающая в себя гармоничное сочетание личностных, профессиональных и других необходимых свойств и качеств, позволяющих достичь желаемого результата в решении типовых задач в рамках профессиональной деятельности [6].

В рамках обучения по ФГОС 3 будущий специалист должен овладеть следующими компетенциями:

- способностью и готовностью к анализу мировоззренческих, социально и лично значимых философских проблем, основных философских категорий, к самосовершенствованию (ОК-2);

- способностью и готовностью реализовать этические и деонтологические аспекты врачебной деятельности в общении с коллегами, средним и младшим медицинским персоналом, взрослым населением и подростками, их родителями и родственниками (ПК-1);

- способностью и готовностью проводить с прикрепленным населением профилактические мероприятия по предупреждению возникновения наиболее часто встречающихся заболеваний, осуществлять общеоздоровительные мероприятия по формированию здорового образа жизни с учетом возрастно-половых групп и состояния здоровья, давать рекомендации по здоровому питанию, по двигательным режимам и занятиям физической культурой, оценить эффективность диспансерного наблюдения за здоровыми и хроническими больными (ПК-12).

Анализируя содержание вышеперечисленных компетенций обязательных к освоению, необходимо отметить, что дисциплина «Физическая культура» и необходимые к освоению компетенции являются скорее формальностью и не определяют конкретные маркеры профессионально-ориентированной физической подготовки, которые позволят эффективно выполнять свои профессиональные обязанности выпускнику медицинского ВУЗа.

В ФГОС ВО 3+ и ФГОС ВО 3++ дисциплина «Физическая культура» делится на две части: обязательную (базовую) часть в размере 72 часов и элективную (по выбору) часть в количестве 328 часов, с сохранением в обучении компетентного подхода [7, 8].

Основным принципиальным нововведением данных стандартов является внедрение «Элективной» формы практической части реализации дисциплины в количестве 328 часов. В стандарте ФГОС 3 практическая часть дисциплины имела вариативный характер и подразумевала возможность проектирования соответствующей целям РПД для полноценной подготовки специалиста в том числе прикладной направленности. В стандарте ФГОС ВО 3+ и ФГОС ВО 3++ практическая часть лишена данной возможности, так как элективная форма организации занятий подразумевает спортивно-ориентированное физическое воспитание, в основе которого лежит учет интересов студентов.

Вместе с тем, в актуальный ФГОС ВО 3++ по специальности «Лечебное дело» введена компетенция УК-7, которая отражает необходимость формирования у будущего врача-терапевта участкового способность

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

По нашему мнению, современная организация дисциплины по физической культуре, начиная с ФГОС ВО 3+ и заканчивая ФГОС ВО 3++, является узко-специфичной попыткой привлечения студентов к занятиям физической культурой, основываясь на их интересах. В стремлении исправить просчеты предыдущих ФГОС, определено возможное участие студента, как участника образовательных отношений, в выборе средств и методов подготовки «элективной» дисциплины по физической культуре и спорту, что ставит под вопрос возможность грамотного построения РПД и возможность реализации компетенции УК-7, которая напрямую указывает на необходимость профессионально-прикладной физической подготовки будущего врача-терапевта участкового.

Заключение.

Таким образом, рассмотренные нами стандарты по специальности «Лечебное дело» имеют много общего и отличительного. Физическая культура во ФГОСах имеет разную философию реализации процесса обучения. В актуальном стандарте, учитывая появление компетенции, которая напрямую указывает на необходимость профессионально-прикладной физической подготовки будущего врача-терапевта участкового, по-прежнему сохраняется компетентностный подход, который не позволяет применить весь потенциал средств и методов современного физического воспитания для полноценной подготовки специалиста медицинской сферы.

Другой немаловажной негативной стороной новых ФГОСов, на наш взгляд, является сокращение практических часов по физической культуре. Учитывая интенсификацию жизненных процессов, параллельно с усложнением процесса обучения, начиная с самого первого курса, студент будет ограничен в возможности рациональной двигательной активности, что неизбежно приведет к увеличению физических и психических нагрузок, и как следствие, низкие адаптационные возможности организма и нарушения, возникающие в деятельности регуляторных механизмов, скажутся на процессе обучения и физическом здоровье будущего специалиста в целом.

-
1. Бочкарева С.И., Высоцкая Т.П., Ростеванов А.Г. Современное состояние и проблемы развития физической культуры в вузе // Вестник Российского экономического университета им. Г.В. Плеханова. 2017. № 4 (94) – С. 42-47.
 2. Ходаков В.В., Ранцев М.А. Проблема качества высшего медицинского образования в свете современных образовательных стандартов // Теория и практика современной хирургии. 2018. – С. 373.
 3. Семёнова В.Н., Галузо Н.А., Никифорова Н.Г. Здоровье студента-медика // Здоровье и образование в XXI веке. 2017. Т. 19. № 1. – С. 84-85.
 4. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки (специальности) 060101 Лечебное дело (квалификация (степень) «специалист») (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 2000 г.).
 5. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки (специальности) 060101 Лечебное дело (квалификация (степень) «специалист») (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 2010 г.).
 6. Митрофанова, К.А. Понятия компетенции и компетентности в высшем медицинском образовании России // Научный диалог. 2016. № 1 (49). – С. 285-294.
 7. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки (специальности) 060101 Лечебное дело (квалификация (степень) «специалист») (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 8 ноября 2016 г. N 1118).
 8. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 12.08.2020 № 988 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – специалитет по специальности 31.05.01 Лечебное дело».
 9. Скиба И.А., Коновалов И.Е. Сравнительный анализ федерального государственного образовательного стандарта второго и третьего поколения по специальности «Лечебное дело», в контексте профессионально-прикладной направленности практической дисциплины по физической культуре // Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ "Нацразвитие" (Санкт-Петербург, Май 2021). Международная научно-методическая конференция "Проблемы управления качеством образования" – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2021. С.44-48

Глава 8. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ КИНЕЗИОЛОГИИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Жалбэ М.Г.

На сегодняшний день одной из главных проблем функционирования физической культуры в образовательных учреждениях является недооценка роли интеграции двигательного и интеллектуального развития занимающихся в процессе физического воспитания. Исследования ряда специалистов в области физической культуры и спорта выявили потенциально положительное влияние тренировочных нагрузок не только на двигательную сферу, но и на проявление восприятия, мышления, внимания, памяти и других интеллектуальных свойств личности. Результаты многих исследований подтверждают взаимосвязь двигательной деятельности и когнитивной сферы личности.

Термин «кинезиология» происходит от греческих слов *kinesis* – «движение» и *logos* – «наука, слово». Это направление возникло на стыке разных практик и дисциплин: телесно-ориентированной психотерапии, общей психологии, психологии личности, психосоматической медицины, нейропсихологии, физиологии движения и нейрофизиологии.

Теория и практика современной кинезиологии опирается на данные И.П. Павлова, Н.А. Бернштейна, А.Р. Лурии, А.Н. Леонтьева и их последователей, которые раскрывают вопросы влияния движений и мышечной деятельности на мыслительные процессы и психику в целом.

Одним из основных методологических принципов кинезиологии является постулат И.П. Павлова о том, что процессы, протекающие в высших отделах головного мозга, являются физиологической основой – всей психической деятельности человека. Это касается в особенности психических процессов, которые составляют основу формирования мышления человека, его поведения и деятельности, и относящихся не к области врожденных, а развиваемых в течение жизни [1,4,5].

В настоящий момент успешными темпами развивается направление кинезиологии, связанное с процессом обучения – образовательная кинезиология, в центре которой, по мнению В.Н. Ирхина с соавторами (2012), находится учебная двигательная активность человека. Образовательная кинезиология представляет собой холистическое психолого-педагогическое направление, которое опирающееся на последние достижения в области педагогики, психологии, физиологии и нейрофизиологии. Средства и методы образовательной кинезиологии в основном используются в педагогических

целях для улучшения обучения письму, чтению, решению математических задач и т.д. [5].

Основным направлением образовательной кинезиологии является разработка специальных организованных движений, позволяющих рационализировать деятельность головного мозга и получить доступ к потенциальным ресурсам развития человека. Анализ педагогической теории и практики позволил авторам выявить наличие значительного количества дидактических средств, которые стимулируют двигательную активность учащихся в образовательном процессе, куда входят: приемы игрового моделирования, психотехнические игры, задания, которые основаны на выполнении различных двигательных действий, приемы обучения жестикологии, использование средств невербального взаимодействия для повышения качества образовательного процесса [5].

Образовательная кинезиология занимается связями «тело – интеллект». Слово «образование» происходит от лат. «educere», что означает «вытягивать». Так, в процессе тренировки мы получаем образование, то есть знание о самих себе, о собственных проблемах, о том, как действовать дальше, и как компенсировать влияние перенесенного стресса. В результате этого наш организм как будто проходит переобучение. С помощью определенных упражнений он балансирует все процессы в теле, координирует работу обоих полушарий мозга, включает совместное интегрированное взаимодействие интеллекта и тела. Координированные движения и игры развивают крупную и мелкую моторику, которая влияет на структуру мышления и стимулирует умственные способности [2].

Основоположниками этого направления являются американские педагоги: доктора наук Пол и Гейл Деннисон. В период с 1970-е по 90-е гг. в рамках этого направления ими была создана программа «Гимнастика мозга». Она представляет собой систему занимательных физических и дыхательных упражнений, повышающих энергию тела или расслабляющих, которые способны поддерживать и развивать нейрофизиологические связи между телом и мозгом. В процессе занятий нейрогимнастикой эффективно удается выявлять причины и корректировать широкий круг проблем, связанных с обучением, профессиональной деятельностью, социальными взаимоотношениями, устранением последствий стресса и борьбы с ним, сохранением здоровья и активности в любом возрасте.

Пол и Гейл Деннисон увидели огромный потенциал в возможности использования для развития человека физических движений. Ими были выявлены два типа движений.

Первый тип – это движение, пересекающее среднюю линию тела. Такие упражнения наиболее полно объединяют движение и мысль, в десятки раз

ускоряют передачу информации и активизируют естественные механизмы нашего тела, что способствует оптимизации работы нервной системы, и открывает возможности для непровольного, непосредственного включения психофизических функций и обеспечивает легкость обучения.

Второй тип – это одностороннее движение тела. Выполнение таких упражнений наоборот способствуют разъединению движения и мысли. Эти движения требуют напряженной работы ума, приложения значительных усилий, затрат энергии мозга и тела. Движения такого типа приводят к статическому поведению, требующему концентрации сознания и сосредоточения, а также к стрессу.

Человеку необходимы движения обоих видов, потому что они обеспечивают механизмы, которые находятся в основе познавательной способности мозга. Физиологический механизм, который направлен на разъединение движения и мысли, применяется на начальном этапе создания любого навыка. Далее, когда следует этап автоматизации, он уступает место механизму объединения движения и мысли. На сегодняшний день в основном практикуется обучение, которое ориентировано на бессознательность движений и абстрактную прямолинейную логику. Мы в основном применяем механизм разъединения мысли и движения, часто забывая о природных способах формирования навыка.

В программе «Гимнастика мозга» каждое из упражнений, способствует возбуждению определенных участков мозга и механизма объединения движения и мысли. Вследствие этого, обучение становится более естественным, и информация лучше усваивается. Также упражнения для мозга способствуют развитию психофизических функций и координации движений.

Все упражнения сформированы в группы. Первая группа включает упражнения, движения которых пересекают среднюю линию тела. Они оказывают стимулирующее действие на крупную и мелкую моторику. Механизм, объединяющий мысль и движение, который заложен в основу этих движений, способствует повышению эффективности межполушарного взаимодействия мозга и качеству восприятия материала.

Движений, относящиеся ко второй группе упражнений, направлены на растягивание мышц тела. Упражнения снимают напряжение в мышцах и сухожилиях. В результате использования этих упражнений мышцы принимают нормальное состояние и отсылают в мозг сигналы о том, что они находятся в расслабленном спокойном состоянии, и человек готов к познавательной работе. Если рассматривать это с точки зрения работы мозга, это означает возможность свободного перехода информации из задних отделов мозга (зон выживания) в передние (причинно-обуславливающие) через лимбическую систему, пропускающую знание в высшие отделы мозга.

Третья группа – это группа упражнений, которые направлены на энергетизацию тела. Они обеспечивают необходимую интенсивность и скорость протекания процессов между нервными клетками головного мозга.

Четвертая группа представляет собой позовые упражнения, которые оказывают положительное влияние на лимбическую систему мозга и эмоциональное состояние. Упражнения оказывают ритмическое и стабилизирующее действие на нервные процессы и способствуют эффективному обучению [7].

На сегодняшний день использование образовательной кинезиологии в учебном процессе в основном происходит за счет заимствования средств программы «Гимнастика мозга». В России она приобрела немалую популярность, проводятся большое количество курсов повышения квалификации и обучающих семинаров по данной программе. Но на наш взгляд направление образовательной кинезиологии не должно быть ограничено использованием только данной программы. В том числе, средства образовательной кинезиологии пока находят применение в большей степени на занятиях с детьми в общеобразовательном процессе при проведении физкультпауз и физкультминуток. В то время как в процессе физического воспитания детей, так и молодежи, не уделяется достаточного внимания, или оно вовсе отсутствует, идеям и возможностям образовательной кинезиологии.

На наш взгляд, использование средств и методов образовательной кинезиологии в процессе физического воспитания студентов имеет большие потенциальные возможности. Во-первых, научно подтверждено что применение упражнений той же «Гимнастики мозга» оказывает не только срочный эффект для улучшения обучения, но и кумулятивный. А, это значит, что благодаря таким занятиям можно не только восстанавливать познавательные способности мозга, но и развивать их за счет соблюдения принципов спортивной тренировки.

Во-вторых, возможно выявлять профессионально значимые психофизические качества студентов и используя рационально подобранные упражнения развивать аналитические способности, оперативное и логическое мышление, память, внимание и другие ментальные качества.

В-третьих, состояние здоровья сегодняшней молодежи вызывает серьезные беспокойства специалистов, каждый год увеличивается количество студентов, которые имеют нарушения в состоянии здоровья, к тому же оно продолжает ухудшаться в процессе их обучения в вузе. Немаловажную роль в ухудшение здоровья играет и уровень стресса, которые студентам приходится испытывать как во время образовательного процесса, так и в современной повседневной жизни. Поэтому внедрение кинезиологических идей и подходов к

созданию здоровьесберегающих условий в образовательной среде является необходимым, что подтверждают многие специалисты [3,6].

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000.– 275 с.

2. Бояринцева А.В. Формы и методы реализации программ профессионального развития в области образовательной кинезиологии в системе образования // Практическая кинезиология. Путеводитель по жизни. Научно-практический журнал. – №1(8)2016. – С. 29–35.

3. Бояринцева А.В.. Факторы стресса в современном образовании и методы образовательной кинезиологии для обучения на основе движения / Материалы международной научной конференции. Гуманизация образовательного пространства. – 2016. – С. 456-464.

4. Загrevская А.И.. Кинезиологический подход к физкультурно-спортивному образованию студентов / Вестник Томского государственного университета. – 2013. – № 374. – С. 160–162

5. Ирхин В.Н., Василенко О.В., Николаева Е.С. и др. Анализ основных направлений развития современной кинезиологии // Теория и практика физической культуры. 2012. № 12. С. 19–20.

6. Луценко А.В, Грабаровская Л.В. Кинезиология как стресспротекторная технология // Молодой ученый. – 2016. – №6. – С. 788-791.

7. Пол Е. Деннисон, Гейл Е. Деннисон. "Гимнастика мозга". Книга для учителей и родителей. – ИГ "Весь", 2015. – 320 с.

8. Жалбэ М.Г. Возможности использования образовательной кинезиологии в процессе физического воспитания студентов // Психология. Спорт. Здравоохранение: сборник статей международной научной конференции (Санкт-Петербург, Июнь 2020) – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2020. С.45-48

Глава 9. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Чащин В.В., Мирошникова А.Н.

Современный спорт очень конкурентоспособен, требует умственных затрат, и поэтому роль психологических факторов, необходимых для использования личного потенциала спортсменов, растет. Необходимость продемонстрировать свою конкурентоспособность может привести к повышенной активности в неконструктивном защитном поведении и психологической травме, что влияет на психологическую безопасность обучения. Без знания закономерностей проявления психики нельзя правильно и плодотворно организовать и спланировать процесс физического воспитания в учебном заведении, учебный процесс и специальную психологическую подготовку учащихся спортсменов к соревнованиям, выборочно управлять спортивной командой и многое другое, что связано с интегральной подготовкой спортсменов, процессом обучения и воспитания.

В обществе принято воспринимать физическую культуру в основном в том, что она должна быть направлена лишь на развитие физических качеств личности, к примеру: быстроты, силы, прыгучести и выносливости, а также достижение оздоровительного эффекта, тем самым обедняя само содержание данного понятия. Из-за данного восприятия обществом ряд компонентов отходит на второй план, без присутствия которых становится невозможна подлинная культура физического воспитания. К данным компонентам относятся: значение и соблюдение гигиенических правил, воспитание эстетического отношения к занятиям физической культурой, обладание приемами и методами восстановления сил, уметь проконтролировать свое физическое состояние, надобность в укреплении своего здоровья, а потому наличие интереса и стремления к самостоятельным обучением физическими упражнениями.

Среди данной совокупности компонентов в большей мере выделяется культура выполнения движений и освоение любого нового двигательного действия. Одной из главных задач в психолого-педагогическом физическом воспитании составляет формирование и развитие механизмов данного компонента.

Благодаря знаниям психологии, которые используются на практике для работы со спортсменами и в области физического воспитания, тренеры и преподаватели могут испытывать случаи неблагоприятных проявлений во время стрессовой деятельности (высокий уровень страха, разочарование,

предстартовые фобии, межличностные конфликты) и повысить эффективность учебной деятельности, достичь высокой профессиональной квалификации. Будущий специалист должен помнить, что необходимой основой являются психологические знания, на которых формируется грамотность тренера и преподавателя.

Тренер-преподаватель должен уметь определять индивидуальные психологические особенности начинающих обучающихся спортсменов при выборе и выборе того или иного вида спорта в вузе и на их основе организовывать тренировочный процесс, определять объем и интенсивность физической активности, построение процесса общения со студентами.

Обучение спортивным играм является неотъемлемой частью современного физического воспитания в учреждениях различного уровня образования – от школы до университета. Каждый специалист в этой области знает основные принципы методологии, которые могут быть улучшены с помощью индивидуальных методов и подходов, которые находит каждый конкретный педагог. Существует обширная литература по методологии преподавания основных спортивных игр, в которой педагоги и практики имеют большой опыт.

Помимо того, что спортивные игры являются незаменимым инструментом для физического развития человека (они являются частью программы тренировок для подавляющего большинства студентов активистов различных видов спорта), они также оказывают огромное влияние на психосоциальное развитие. Традиционные командные игры – баскетбол, волейбол, футбол – здесь особенно важны. Даже самый маленький успех полезен для человека, который переживает подростковый кризис. Групповое взаимодействие может быть для некоторых первым опытом осознания и принятия себя в качестве полезного члена группы, что имеет большую терапевтическую ценность.

Если мы рассмотрим понятие «психологический тренинг» в широком смысле, оно используется для обозначения различных форм групповой психологической работы, хотя все еще существуют параллельные понятия, такие как групповая психотерапия, психокоррекционные группы, опытные группы, группы активного обучения, практические экспериментальные мастерские. В связи с этим И.В. Вачков пишет в своей книге «Основы технологии группового обучения», что группы одного и того же типа называются разными авторами по-разному и определяет границы понятия «психологический тренинг»: «Современное понимание тренинга включает в себя многие традиционные методы групповой психотерапии и психокоррекции, что вынуждает искать его истоки в разнообразных направлениях клинической психотерапии в группах».

Однако сегодня обучение активно используется в контексте деятельности по развитию личности, что предполагает применение активных групповых методов практической психологии для работы со здоровыми людьми с целью решения проблем развития и совершенствования необходимых качеств. Особенно отчетливо эту позицию сформулировал С.И.Макшанов, который определяет обучение как многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических явлений человека, группы и организации.

Психологический тренинг является опцией для высококвалифицированных консультационных услуг, а также юридических, медицинских, образовательных и других. Обучение можно сравнить с одним из методов повышения общего культурного уровня.

Обучение как способ психологической работы в советское время практически не существовало. Таким образом, в современной российской практике психологическая подготовка только начинает развиваться. Участие в тренинге необходимо не для того, чтобы «оправиться» от какой-то «патологии», а для того, чтобы оставаться в хорошем «психологическом тоне», так же как занятия спортом позволяют поддерживать здоровье вашего тела.

В форме групповой психологической работы – тренировка, это универсальный метод помощи студентам спортсменам. Опыт старших поколений на большинстве жизненных позиций не совсем актуален, поскольку молодые современные поколения принимают окружающую реальность как догму и быстро решают, находя в ней свою нишу, а иногда побеждая, показывая определение, принципиально решение новых жизненно важных социально-психологических и социально-экономических проблем, с которыми ранее не сталкивались ни его родители, ни он сам. Иногда такие действия требуют не только умственного напряжения, но и значительных физических усилий, которых иногда недостаточно. Эти действия не всегда способствуют долгосрочному позитивному процветанию общества и личности в частности, но, напротив, «процветающие» угрожают существованию общества.

Для примера: ведется психологическая работа на тренинге с группой участников – ведущим психологом. Указанное лицо приглашает членов группы принять участие в выполнении процедур и упражнений, целью которых является распознавание и изменение различных аспектов психологии человека, например, его творческого потенциала, волевых качеств и спортивных данных. Обучение может быть направлено на работу с различными аспектами человеческой психологии. В этом случае «симбиоз» физической подготовки и психологической подготовки является необычным. В дополнение к признакам выраженного отклонения у подростков (нежелание учиться, склонность к асоциальному поведению, некорректное поведение по отношению к

одноклассникам, учителями и другое) в предварительных исследованиях было отмечено следующее:

- Небольшой уровень волевого саморегулирования;
- Высокий уровень агрессии и тревожности;
- эгоцентричность;
- Нерешительность и скованность;
- Депрессивные настроения;
- Невысокая социальная адаптация, а также узкий спектр

коммуникативных навыков.

Эти черты личности все еще нестабильны и относительно пластичны. Положительные изменения в этих психологических характеристиках студентов во время их интенсивной фазы «роста» и в профессиональном самоопределении могут быть достигнуты через:

- использование физических нагрузок, специальных упражнений и двигательных заданий;
- форму и содержание педагогического процесса в целом;
- использование упражнений (заданий) «психологического» характера.

Если первые два метода обучения человека, очевидно, осуществляются в контексте практических и теоретических курсов физического воспитания, третий, несмотря на очевидное «педагогическое» значение, физическое воспитание должно быть адаптировано к конкретным условиям академического урока. Также не стоит забывать, что использование психологических упражнений требует от преподавателя по физическому воспитанию:

- Владеть широким арсеналом упражнений представленного типа;
- Уметь широко его использовать в зависимости от: специфичности учебного материала, который реализуется на данном занятии;
- Динамичной ситуации учебно-тренировочного процесса;
- Дополнительных методов и знаний, которые необходимы для прохождения запланированного (основного) учебного материала;
- Уметь простимулировать обучающихся студентов на исполнение упражнений данного типа.

Поэтому возникла необходимость в разработке у преподавателей-тренеров, работающих с студентами (в том числе и тех, кто проявляет девиантное поведение), дополнительного образовательного «блока» – психологического тренинга для практического использования занятия по физической культуре в конкретных условиях. Для более подходящего

практического использования любое упражнение этого «арсенала» может характеризоваться как минимум четырьмя признаками:

- форма выполнения задания (групповое, парное или индивидуальное выполнение);
- раздел учебной программы, в рамках которого может быть использовано данное задание;
- направленность задания (например, снижение агрессии, увеличение самоконтроля, волевая подготовка);
- наиболее предпочтительная часть занятия (вводная, основная, заключительная).

Следует подчеркнуть, то, что направленность психологических упражнений может быть двух типов:

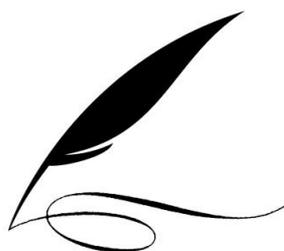
- они могут закрепить и усилить положительный психолого-педагогический эффект от использования определенных двигательных задач и физической активности. Например, с помощью занятий программы по легкой атлетике элементы психологического тренинга могут быть направлены на дальнейшее развитие смелости, решимости и эмоциональной стабильности;
- может также способствовать развитию важных аспектов личности на этапе профессиональной ориентации или напрямую связаны с предотвращением девиантного поведения. Например, формирование активной жизненной позиции, повышение самоконтроля, развитие коммуникативных навыков, повышение интереса к учебе, физических качеств.

Исходя из вышеизложенного можно прийти к выводу о весомом значении психологического тренинга для обучающихся студентов, как комплекс мер направленных на становление правильного психического развития. Психологический тренинг – это сочетание групповых методов обучения навыкам и навыкам самопознания, взаимопонимания и общения людей в группе. Тренинг может проявляться в коллективных упражнениях и спортивных играх (к примеру, баскетбол, футбол).

На наш взгляд, развитие студенческого физического воспитания должно идти не в направлении поли-спортивной подготовки, а в направлении воспитания и всестороннего развития сенсорной культуры среди обучающихся.

-
1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М.: Ось 89. – 2009. – 265 с.
 2. Грецов А.Г. Подвижные игры в психологических тренингах со старшеклассниками и студентами // Адаптивная физическая культура. 2004. – № 1. – С. 32 – 33.
 3. Макшанов С.И. Психология тернинга: Теория. Методология. Практика. – СПб.: Образование. – 1997. – 238 с.
 4. Тиунова О.В. Психологический тренинг на уроках по физической культуре. – Журнал «Молодежь и общество». – 2012. – № 3.
 5. Яковлев Б. П., Бабушкин Г. Д., Науменко Е. А., Сальников В. А., Апокин В. В., Бабушкин Е. Г., Шумилин А. П.: Учебник для высших учебных заведений физической культуры «Психология физической культуры» – «Издательство «Спорт». – 2016.
 6. Чащин В.В., Мирошникова А.Н. Психологический тренинг в физической культуре // Наука. Исследования. Практика: сборник статей международной научной конференции (Санкт-Петербург, Февраль 2020) – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2020. С.45-48

РАЗДЕЛ 3
СОВРЕМЕННЫЕ
ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ
В ПРЕПОДАВАНИИ ДИСЦИПЛИНЫ
"ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА"



Глава 10.

ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Михайлюк Н.В., Хильчевская И.В., Майоров Д.И.

Физическая культура как учебная дисциплина в жизни человека играет важную роль, что способствует в последние годы широкому освещению её проблематики в научных публикациях различного рода. Учебный процесс по данному предмету выступает как некий механизм формирования общего состояния общества, а именно его здорового образа жизни. Под здоровым образом жизни обычно понимается способы жизнедеятельности, направленные на развитие и укрепление внутренних физических резервов человека. Развитие спортивной культуры способствует нравственному, умственному воспитанию студентов и формированию у них здорового образа жизни. Таким образом физическая культура выступает уникальным средством развития потенциала здоровья и молодёжи.

Новые методы и использование информационных технологий в обучении позволяют улучшить качество и эффективность образовательного процесса. Сегодня, различные компании создают крупные проекты, реализуя множество возможностей современных информационных технологий. Можно констатировать, что наступает период глобальной цифровизации, которая позволяет создавать новые инструменты для улучшения повседневной жизни людей. Одними из актуальных в настоящее время инструментов являются те, которые позволяют облегчить и ускорить доступ к различным источникам информации. Одним из приоритетных направлений развития информатизации является образование, включающее в себя множество методов и технологий для эффективного использования, обработки и применения в учебном процессе. Основная ценность информационных технологий заключается в создании наиболее доступной среды с почти неограниченным потенциалом, который в распоряжении преподавателя и учащегося превращается в уникальный инструмент образования.

На рис. 1 представлены возможности компьютерных информационных технологии в реализации образовательных задач:

- создание электронных учебников,
- организация дистанционного обучения,
- использования информационных ресурсов интернета,
- реализация программированного обучения,

- осуществление психолого-педагогического тестирования,
- создание экспертных управляющих систем.



Рисунок 1. Возможности компьютерных информационных технологий

Период, который был известен своим глобальным переходом на дистанционный формат обучения, показал людям множество вариантов использования информационных технологий, с помощью которых не только реализовывалась функция поиска и обработки какой-либо информации, но и создавались условия, которые позволяли влиять на качество образования.

Как показывает практика, одним из наиболее эффективных и удобных вариантов проведения занятий в дистанционном формате явились дистанционные семинары и конференции.

В процессе реализации дистанционного обучения в целях изложения теоретического материала на занятиях по физической культуре применяются различные средства представления информации:

- видео,
- графики,
- текстовые описания,
- анимации
- и др.

При реализации практической части занятий применение мультимедийных средств позволило повысить качество дистанционного формата обучения по некоторым направлениям. Например, использование

мультимедийных средств в качестве демонстрации технических элементов в исполнении высококвалифицированных спортсменов и др.

Применение видео роликов с показом упражнения позволяет учащемуся внимательно изучить и правильно воспроизвести двигательный элемент, что способствует закреплению навыков и сокращения времени их освоения.

Сейчас, как альтернативу интерактивным средствам представления информации, различные компании разрабатывают так называемые “метавселенные”. Под метавселенной подразумевается некое виртуальное пространство, в котором люди могут взаимодействовать друг в другом через свои аватары, как с использованием виртуальной реальности, так и без. Таким образом данный формат возможно откроет новые горизонты для обучения и визуализации информации в будущем.

Такие технологии позволят создавать различные интерактивные лекции. Таким образом на занятии по физической культуре учащимся может быть предоставлена интерактивная виртуальная 3D модель для изучения анатомии и движения мышц при выполнении того или иного упражнения. Данные, полученные при подобных исследованиях позволят улучшить качество их выполнения, благодаря пониманию и проведению аналогий внутренней структуры и производимых движений.

Уникальная инфографика и специальные программные приложения, представленные также с помощью информационных технологий, позволят выполнять расчёты тех или иных расходов внутренних ресурсов и эффективного их использования.

Новые технологии датчиков и другого считывающего оборудования в связке с компьютерами уже сейчас позволяют обрабатывать в лабораторных условиях множество данных для подбора и анализа эффективности тренировочных программ. Использование подобных технологий за пределами лабораторий, в повседневной жизни и на занятиях по физической культуре в более доступной форме (а именно в виде специальных браслетов на разные группы мышц) станет возможно и более распространено, благодаря вышеупомянутым метавселенным. Учащиеся смогут присутствовать в некотором виртуальном пространстве, синхронизируя между собой движения тела и состояние групп мышц, что позволит преподавателю глубоко проанализировать эффективность тренировки и внести любые коррективы для повышения качества и исключения ошибок в программе, а также возможного травмирования во время занятия.

Информационные технологии позволяют достичь наилучших результатов в решении многих образовательных задач. Работа по подготовке занятий с использованием информационных технологий открывает множество возможностей для профессионального развития самих преподавателей. В

результате использования в образовательном процессе высоких технологий уже сейчас наблюдается значительное повышение качества знаний учащихся и мотивации в учебной деятельности. Таким образом внедрение информационных технологий в образовании, а конкретно в физической культуре, играет важную роль и является достаточно актуальной темой для проведения исследования.

1. Масляков В.А., Матяжов В.С. Массовая физическая культура в вузе. М.: Высшая школа, 1991. 239 с.

2. Самсонова, А.В. Использование информационных технологий в физической культуре и спорте /А.В. Самсонова, И.М., Козлов, А.В. Таймазов // Теория и практика физической культуры. 2000. – С. 9-15.

3. Гуслова, М. Н. Инновационные педагогические технологии: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / М. Н. Гуслова. – 4-е изд., испр. -М.: Академия, 2013. – 288 с.

4. Электронный ресурс: [Анна Кулл <https://vc.ru/future/328473-kak-metaverse-izmenit-onlayn-obrazovanie> 2021.]

5. Михайлюк Н.В., Хильчевская И.В., Майоров Д.И. Применение информационных технологий в образовательном процессе физической культуры // Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ "Нацразвитие" (Санкт-Петербург, Январь 2022). Международная научная конференция "Высокие технологии и инновации в науке" – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2022. С.47-49

Глава 11.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ СОВРЕМЕННОГО ПЕДАГОГА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Коренькова Н.А., Козлова А.А.

Изменения, происходящие в общественном развитии на современном этапе, предъявляют к системе школьного образования новые требования, проявляющиеся в необходимости смены ориентира обучения с простой передачи знаний, навыков и умений ученику для его социализации на полноценное формирование личности, которая обладает чертами самостоятельности, ответственности и успешности.

В настоящее время отмечается процесс стремительного развития научно-технического прогресса и вхождения информационных технологий во все сферы жизни человека, что обуславливает необходимость пересмотра и совершенствования образовательных программ. В связи с этим, специалисты любых областей, в том числе педагоги физической культуры, должны владеть основами применения информационных технологий в образовательной деятельности.

Применение информационных технологий современными педагогами физической культуры направлено на достижение ряда целей, которые позволяют повысить эффективность образовательного процесса и достичь максимальных результатов.

К таким целям можно отнести:

- 1) развитие творческого мышления у учащихся за счет уменьшения доли репродуктивной деятельности;
- 2) формирование умения обрабатывать информацию (при использовании текстовых, графических и табличных редакторов, локальных и сетевых баз данных);
- 3) интенсификация учебно-воспитательного процесса;
- 4) углубление теоретических знаний в области предмета «Физическая культура».

Следует отметить, что использование педагогами физической культуры информационных технологий, в первую очередь, позволяет решать более сложные задачи, реализация которых ранее вызывала серьезные затруднения. К сожалению, на данном этапе внедрения инновационных технологий не все учебные учреждения имеют возможность воплотить это в реальность. Исходя

из этого, редкое использование информационных технологий в работе педагога физической культуры неоднозначно сказывается на учениках: у одних такая редкость вызывает резкий эмоциональный подъем, у других наоборот спад работоспособности. В то же время, чрезмерно частое использование инноваций влечет за собой потерю интереса учеников к происходящему на уроке, следовательно, ухудшается результат образовательной деятельности. Не стоит забывать об ухудшении здоровья при частом использовании информационных технологий, в то время как предмет направлен на физическое развитие и здоровье учеников [1].

Анализ научно-методической литературы по исследуемой проблеме привел к выводу, что наиболее рациональным вариантом использования информационных технологий на уроках физической культуры является их применение в начале каждого раздела данного учебного предмета. Однако, важно учитывать на каком этапе урока физической культуры будут применяться информационные технологии.

На сегодняшний день, современные педагоги применяют информационные технологии на уроках физической культуры в нескольких направлениях, ключевыми среди которых следует считать:

- формирование и развитие личности учеников с целью их дальнейшего комфортного взаимодействия с обществом и адаптации в условиях повышения уровня всестороннего применения результатов научно-технического прогресса;
- подготовка будущих специалистов в области физической культуры и спорта, приспособленных к информатизации образовательной деятельности в частности и всех сфер жизни человека в целом;
- повышение качества образовательного процесса и его соответствия современному информационному обществу [4, с.240].

На основании указанных направлений можно выделить следующие варианты использования информационных технологий на уроках физической культуры: при организации мониторинга физического состояния и здоровья различных контингентов, занимающихся; в качестве средства организации интеллектуального досуга, развивающих игр; в качестве средства автоматизации процессов обработки результатов соревнований и научных исследований; в качестве средства автоматизации контроля, коррекции результатов деятельности и компьютерного тестирования физического, умственного, психологического состояний, занимающихся [2, с.59].

На сегодняшний день применение информационных технологий в образовательном процессе очень распространено, и данное направление

активно развивается. Однако, следует отметить, что в образовательных учреждениях на уроках физической культуры процесс использования информационных технологий не имеет стабильного и систематического характера, что является негативным фактором.

Существует ряд проблем, связанных с применением информационных технологий современными педагогами физической культуры. Основными из которых являются:

1) низкий уровень подготовки будущих специалистов по физической культуре в области применения информационных технологий, что требует большего внимания к этому направлению в профессиональных учебных заведениях;

2) недостаточная адаптация учебного предмета «Физическая культура» к современному уровню информатизации и компьютеризации, что требует совершенствования программы;

3) недостаточный уровень подготовки действующих педагогов по физической культуре к применению информационных технологий на своих занятиях, а также высокий процент компьютерной неграмотности;

4) слабо развитое финансирование учебных заведений в вопросах создания дополнительных компьютерных и демонстрационных кабинетов;

5) низкий уровень понимания действующими педагогами необходимости внедрения информационных технологий на уроках физической культуры, а в некоторых случаях негативное отношение к данным изменениям в образовательном процессе [3].

Следовательно, в настоящее время, существует ряд серьезных проблем, затрудняющих применение информационных технологий во время уроков физической культуры, что требует комплексного подхода к их решению позволяющего повысить эффективность использования данного метода и улучшить качество проведения занятий.

На сегодняшний день, информационные технологии применяются во всех сферах образовательного процесса. В связи с этим педагоги должны быть готовы к информационным изменениям и использованию результатов научно-технического прогресса. Современные педагоги физической культуры также должны осознавать важность применения информационных технологий в процессе обучения на своих уроках. Однако следует отметить, что для достижения максимально эффективного результата, необходимо соблюдать определенные правила и рекомендации применения данного метода на занятиях по физической культуре.

-
1. Волкова Л.М. Компьютерные технологии на учебных занятиях по физической культуре в школе / Л.М. Волкова //Культура физическая и здоровье. – 2015. – №1. – С. 69-72.
 2. Евсеев В.В. Информационная среда развития физической культуры / В.В. Евсеев //Технологии PR и рекламы в современном обществе. – 2017. – №10. – С. 58-60.
 3. Коваленко А.И. Инновационные технологии в физической культуре / А.И. Коваленко //Новая наука: От идеи к результату. – 2016. – №2. – С. 73-75.
 4. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебное пособие / П.К. Петров. – М.: Москва, 2017. – 340 с.
 5. Коренькова Н.А., Козлова А.А. Использование информационных технологий в работе современного педагога физической культуры // Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ "Нацразвитие" (Санкт-Петербург, Май 2019). Международная научно-методическая конференция "Проблемы управления качеством образования" – СПб.: ГНИИ Нацразвитие, 2019. С.132-136

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ОСНОВЫ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Среди основных нормативных правовых документов, обеспечивающих основы реализации учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях можно выделить:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации (статья 84. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта) от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023).

2. Стратегию развития физической культуры и спорта в Российской Федерации (утвержденную 24 ноября 2020 года распоряжением Правительства Российской Федерации № 3081-р).

3. Концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утвержденную коллегией Министерства просвещения Российской Федерации 24 декабря 2018 года).

4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»

5. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (принят Государственной Думой 16 ноября 2007 года).

Выписки из нормативных актов в части реализации дисциплины «Физическая культура» в образовательных организациях высшего образования:

**Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ
(ред. от 17.02.2023)**

**"Об образовании в Российской Федерации"
(с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023)**

Статья 84. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта

1. Реализация образовательных программ в области физической культуры и спорта направлена на физическое воспитание и физическое развитие личности, приобретение обучающимися знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том

числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

2. В области физической культуры и спорта реализуются следующие образовательные программы:

1) образовательные программы основного общего и среднего общего образования, интегрированные с дополнительными образовательными программами спортивной подготовки (далее - интегрированные образовательные программы в области физической культуры и спорта);

2) профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;

3) дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта.

3. Дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта включают в себя:

1) дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта, направленные на вовлечение лиц в систематические занятия физической культурой и спортом, на физическое воспитание, физическое развитие личности, формирование культуры здорового образа жизни, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте (программы физического воспитания и физкультурно-оздоровительные программы);

2) дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направленные на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд.

3.1. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки может осуществляться соответствующей организацией по отдельным этапам спортивной подготовки в соответствии с решением учредителя такой организации.

3.2. В случае, если на одном из этапов спортивной подготовки (за исключением спортивно-оздоровительного этапа) результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным примерными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки, обучающийся отчисляется на данном этапе спортивной подготовки. По заявлению обучающегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося образовательная организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, осуществляет перевод такого обучающегося на соответствующую дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта (при ее реализации).

3.3. В случае принятия решения об отчислении обучающегося по интегрированной образовательной программе в области физической культуры и спорта в период получения им основного общего образования по инициативе образовательной организации, в которой он осваивает данную образовательную программу, указанная организация обязана обеспечить перевод этого обучающегося в другую организацию, осуществляющую образовательную деятельность по образовательным программам основного общего образования.

3.4. Для обучения по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта создаются организации дополнительного образования со специальным наименованием "спортивная школа" (далее - спортивные школы). Спортивные школы вправе использовать в своем наименовании слова "олимпийский", "паралимпийский", "сурдлимпийский" или образованные на их основе слова и словосочетания в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, по согласованию с Олимпийским комитетом России, Паралимпийским комитетом России и Сурдлимпийским комитетом России, если иное не установлено федеральными законами.

3.5. Спортивные школы реализуют дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта и дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.

4. Примерные дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по виду или видам спорта разрабатываются и утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки (при их наличии). Порядок разработки и утверждения примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки устанавливается федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования.

5. Прием на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки проводится на основании результатов индивидуального отбора, проводимого в целях выявления лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы способности в области физической культуры и спорта, в порядке, установленном федеральным

органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования.

6. В структуре образовательных организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, могут создаваться интернаты для проживания лиц, обучающихся по этим программам. За содержание детей в образовательных организациях, имеющих интернат и осуществляющих подготовку спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации и субъектов Российской Федерации, родительская плата не взимается.

7. Для обучающихся, осваивающих образовательные программы среднего профессионального образования, образовательные программы высшего образования, интегрированные образовательные программы в области физической культуры и спорта, дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, образовательной организацией осуществляются обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, проезда к месту проведения физкультурных и спортивных мероприятий и обратно, питания и проживания в период проведения физкультурных и спортивных мероприятий, медицинское обеспечение. Организация обеспечения указанными в настоящей части спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, питанием, а также проезда на физкультурные и спортивные мероприятия осуществляется учредителями соответствующих образовательных организаций.

8. Для обеспечения непрерывности освоения обучающимися образовательных программ, указанных в части 7 настоящей статьи, образовательной организацией в период каникул могут организовываться физкультурно-спортивные лагеря, а также может обеспечиваться участие этих обучающихся в учебно-тренировочных сборах, проводимых образовательными организациями и (или) физкультурно-спортивными организациями.

9. Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки устанавливаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования.

Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации (утверждена 24 ноября 2020 года распоряжением Правительства Российской Федерации № 3081-р)

Правовую основу Стратегии составляют Конституция Российской Федерации, федеральные законы "О стратегическом планировании в Российской Федерации", "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и "Об образовании в Российской Федерации".

Миссия государства в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации заключается в:

- формировании культуры и ценностей здорового образа жизни как основы устойчивого развития общества и качества жизни населения;
- создании необходимых условий для поступательного развития сферы физической культуры и спорта;
- повышении экономической привлекательности и эффективности функционирования сферы физической культуры и спорта;
- обеспечении прозрачности и честности соревновательного процесса;
- укреплении международного сотрудничества и повышения авторитета России на международной спортивной арене.

Стратегия определяет видение развития Российской Федерации как ведущей мировой спортивной державы, граждане которой ведут здоровый образ жизни и активно вовлечены в массовый спорт, с экономически стабильным профессиональным спортом, высоким авторитетом на международной спортивной арене и нулевой терпимостью к допингу.

Разработка и реализация Стратегии основаны на ценностях физической культуры и спорта:

- ориентированность на человека - формирование навыков и умений в сфере физической культуры и спорта, прежде всего для сохранения здоровья и активного долголетия, обеспечения физического и духовного благополучия;
- доступность - адаптация территорий, сооружений и помещений для максимального удовлетворения всех категорий граждан в занятиях физической культурой и спортом;
- неразрывность - гармоничное существование всех видов физической активности, их паритетное взаимодействие, взаимозависимость и взаимодополняемость, а также активная интеграция в жизнь общества;
- партнерство - учет региональных особенностей развития физической культуры и спорта, формирование согласованных интересов и равного сотрудничества работников, работодателей, государства и бизнеса, направленных на устойчивое развитие сферы физической культуры и спорта;
- открытость миру - верность олимпийским принципам, равенству и справедливости, готовность воспринимать и делиться всем лучшим в мировом спорте и активно бороться против попыток использования спорта в неспортивных интересах;

безопасность - обеспечение надежного функционирования объектов спорта, механизмов и систем защиты участников занятий физической культурой и спортом, спортивных состязаний и других массовых спортивных мероприятий;

равенство – возможность для занятий физической культурой и спортом для всех категорий и групп граждан вне зависимости от возраста, пола, социального статуса и места жительства;

свобода выбора - обеспечение многообразия видов физической культуры и спорта, предоставляющих человеку широкие возможности самореализации и их доступности;

Развитие физической культуры и спорта в рамках Стратегии основано на следующих принципах:

Соответствие национальным целям и стратегическим задачам развития Российской Федерации; обеспечение равных возможностей для занятий физической культурой и спортом по месту жительства, учебы и работы для всех категорий и групп граждан;

Открытость и доступность информации в сфере физической культуры и спорта для граждан;

удовлетворенность граждан условиями для занятий физической культурой и спортом;

обеспечение условий для подготовки высококвалифицированных спортсменов, их спортивного долголетия, саморазвития и самореализации, духовно-нравственного и патриотического воспитания;

учет региональных особенностей развития физической культуры и спорта.

Цифровизация

В настоящее время отсутствуют единый методический информационный ресурс в области физической культуры, спорта спортивной медицины, а также единая автоматизированная информационная система, обеспечивающая сбор, анализ и распространение для использования в субъектах Российской Федерации и муниципальных образованиях передового опыта и практик развития физической культуры и спорта. Вследствие этого ключевой задачей в сфере цифровизации является разработка единого цифрового контура физической культуры и спорта, электронного паспорта спортсмена и информационных систем физической культуры и спорта в каждом регионе с их интеграцией с информационными системами спортивной медицины, науки, образования, что позволит проводить отраслевое статистическое наблюдение за результатами обеспечения многообразных форм физкультурно-спортивной деятельности по месту жительства, учебы и работы, формировать и развивать спортивную инфраструктуру в шаговой доступности с учетом потребностей лиц, в том числе с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, а также выстраивать адресные коммуникации с конечным потребителем.

Федеральный закон
«О физической культуре и спорте в Российской Федерации»,
принят Государственной Думой 16 ноября 2007 года.

Статья 1. Предмет регулирования настоящего Федерального закона

Настоящий Федеральный закон устанавливает правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности в области физической культуры и спорта в Российской Федерации, определяет основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.

Статья 28. Физическая культура и спорт в системе образования

1. Образовательные организации с учетом местных условий и интересов обучающихся самостоятельно определяют формы занятий физической культурой, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность занятий физической культурой на основе федеральных государственных образовательных стандартов и нормативов физической подготовленности.

2. Организация физического воспитания и образования в образовательных организациях включает в себя:

1) проведение обязательных занятий физической культурой и спортом в пределах основных образовательных программ, а также дополнительных (факультативных) занятий физической культурой и спортом в пределах дополнительных общеобразовательных программ;

2) создание условий, в том числе обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием, для проведения комплексных мероприятий по физическому развитию и физической подготовке обучающихся;

3) формирование у обучающихся двигательных навыков, знаний о физической культуре с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья, создание условий для вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом;

4) осуществление физкультурных мероприятий во время учебных и внеучебных занятий;

5) проведение медицинского контроля за организацией физического воспитания;

6) формирование ответственного отношения родителей (лиц, их заменяющих) к здоровью детей и их физическому воспитанию;

7) проведение ежегодного мониторинга физической подготовленности и физического развития обучающихся;

8) содействие организации и проведению спортивных мероприятий с участием обучающихся;

9) содействие развитию и популяризации школьного спорта и студенческого спорта;

10) участие обучающихся в международных спортивных мероприятиях, в том числе во Всемирных универсиадах и официальных спортивных соревнованиях.

3. В целях вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом, развития и популяризации школьного спорта, студенческого спорта образовательными организациями, реализующими образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования, среднего профессионального и высшего образования, и (или) обучающимися таких организаций, могут создаваться школьные спортивные клубы и студенческие спортивные клубы (в том числе в виде общественных объединений), не являющиеся юридическими лицами. Деятельность таких спортивных клубов осуществляется в порядке, установленном уполномоченным Правительством Российской Федерации федеральным органом исполнительной власти, и предусматривается уставами соответствующих образовательных организаций.

3.1. Особенности деятельности школьных спортивных лиг, а также организации и проведения физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий такими лигами определяются федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования.

4. Образовательные организации высшего образования, которые осуществляют деятельность в области физической культуры и спорта, научные организации, осуществляющие исследования в области физической культуры и спорта, учредителем которых является федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта, вправе осуществлять научно-методическое обеспечение спортивных сборных команд Российской Федерации в порядке, установленном в соответствии с частью 3 статьи 35 настоящего Федерального закона.

5. Участие в развитии студенческого спорта осуществляется Российским студенческим спортивным союзом - общероссийской общественной организацией, осуществляющей свою деятельность в соответствии с законодательством Российской Федерации об общественных объединениях, со своим уставом и на основе признания международной спортивной организацией в области студенческого спорта.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ в области физической культуры и спорта

Понятия, определенные Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (принят Государственной Думой 16 ноября 2007 года)

Статья 2.

Основные понятия, используемые в настоящем Федеральном законе

Институты, понятия и термины гражданского, семейного и других отраслей законодательства Российской Федерации, используемые в настоящем Федеральном законе, применяются в том значении, в котором они используются в этих отраслях законодательства, если иное не предусмотрено настоящим Федеральным законом. В целях Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» используются следующие основные понятия:

1) **вид программы** - спортивное соревнование по определенному виду спорта или одной из его дисциплин, в результате которого осуществляется распределение мест и (или) медалей среди участников спортивного соревнования;

1.1) **антидопинговое обеспечение** - проведение мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;

1.2) **базовые виды спорта** - виды спорта, включенные в программы Олимпийских игр, Паралимпийских игр, а также иные виды спорта, развиваемые субъектами Российской Федерации на своих территориях с учетом сложившихся исторических традиций развития спорта высших достижений, представительства спортсменов от субъектов Российской Федерации в составах спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта и участия данных команд во всероссийских и в международных официальных спортивных мероприятиях. Перечень базовых видов спорта утверждается федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, а также по оказанию государственных услуг (включая предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним) и управлению государственным имуществом в сфере физической культуры и спорта (далее - федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта), в установленном им по согласованию с Олимпийским комитетом России и Паралимпийским комитетом России порядке;

2) **вид спорта** - часть спорта, которая признана в соответствии с требованиями настоящего Федерального закона обособленной сферой общественных отношений, имеющей соответствующие правила, утвержденные в установленном настоящим Федеральным законом порядке, среду занятий, используемый спортивный инвентарь (без учета защитных средств) и оборудование;

2.1) Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) (далее также - комплекс ГТО) - программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности;

3) **военно-прикладные и служебно-прикладные виды спорта** - виды спорта, основой которых являются специальные действия (в том числе приемы), связанные с выполнением военнослужащими и сотрудниками некоторых федеральных органов исполнительной власти (далее - лица, проходящие специальную службу) своих служебных обязанностей, подготовкой граждан допризывного и призывного возрастов к военной службе, и которые развиваются в рамках деятельности одного или нескольких федеральных органов исполнительной власти;

3.1) добровольцы (волонтеры) - граждане Российской Федерации и иностранные граждане, участвующие на основании гражданско-правовых договоров в организации и (или) проведении физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий без предоставления указанным гражданам денежного вознаграждения за осуществляемую ими деятельность;

3.1-1) детско-юношеский спорт - часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку лиц, не достигших возраста восемнадцати лет, посредством их участия в организованных и (или) самостоятельных занятиях, физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, а также на подготовку спортивного резерва;

3.2) животные, участвующие в спортивных соревнованиях, - животные, участвующие в соответствии с правилами вида спорта в спортивных соревнованиях по данному виду спорта;

3.3) зрители - физические лица, находящиеся в месте проведения официального спортивного соревнования, не являющиеся его участниками и иным образом не задействованные в проведении такого соревнования, в том числе в обеспечении общественного порядка и общественной безопасности при проведении такого соревнования;

3.4) контролер-распорядитель - физическое лицо, которое прошло специальную подготовку в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, имеет удостоверение контролера-распорядителя, выданное в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и привлекается организатором официального спортивного соревнования и (или) собственником, пользователем объекта спорта на договорной основе для обеспечения общественного порядка и общественной безопасности при проведении официального спортивного соревнования;

3.5) корпоративный спорт - часть массового спорта, направленная на физическую подготовку, физическое развитие работников организаций, объединенных отраслевой принадлежностью или принадлежностью к профессии, государственных корпораций, органов государственной власти и органов местного самоуправления, членов их семей и на организацию и проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий среди указанных работников, членов их семей, в том числе реализуемая при содействии физкультурно-спортивных обществ;

4) **массовый спорт** - часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных и (или) самостоятельных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях;

4.1) место проведения официального спортивного соревнования - объект спорта, а также территории, специально подготовленные для проведения официального спортивного соревнования, включая природные, природно-антропогенные и антропогенные объекты, воздушное пространство над ними;

5) **национальные виды спорта** - виды спорта, исторически сложившиеся в этнических группах населения, имеющие социально-культурную направленность и развивающиеся на территории Российской Федерации;

б) **общероссийская спортивная федерация** - общероссийская общественная организация, которая создана на основе членства, получила государственную аккредитацию и целями которой являются развитие одного или нескольких видов спорта на территории Российской Федерации, их пропаганда, организация, проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов - членов спортивных сборных команд Российской Федерации;

6.1) региональная спортивная федерация - региональная общественная организация, являющаяся членом общероссийской спортивной федерации (далее - региональная общественная организация), или структурное подразделение (региональное отделение) общероссийской спортивной федерации, которые получили государственную аккредитацию и целями которых являются развитие одного или нескольких видов спорта на территории субъекта Российской Федерации, их пропаганда, организация, проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов - членов спортивных сборных команд субъекта Российской Федерации;

6.2) физкультурно-спортивное общество - некоммерческая организация, целью которой является развитие физической культуры и спорта в организациях, объединенных отраслевой принадлежностью или принадлежностью к профессии, государственных корпорациях, органах государственной власти и органах местного самоуправления и которая заключила соглашение, в том числе отраслевое, с одной из таких организаций, государственной корпорацией, одним из таких органов государственной власти, органов местного самоуправления либо объединением работодателей или профессиональных союзов;

7) **объект спорта** - объект недвижимого имущества или единый недвижимый комплекс, предназначенные для проведения физкультурных мероприятий и (или) спортивных мероприятий, в том числе спортивное сооружение, являющееся объектом недвижимого имущества;

7.1) олимпийская делегация Российской Федерации - олимпийская команда России, а также представители Олимпийского комитета России, органов государственной власти Российской Федерации, общероссийских спортивных федераций, обеспечивающие участие членов олимпийской команды России в Олимпийских играх и других международных спортивных мероприятиях, проводимых Международным олимпийским комитетом, континентальными ассоциациями национальных олимпийских комитетов;

7.2) олимпийская команда России - коллектив, состоящий из спортсменов, тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, принимающих участие от имени Российской Федерации в Олимпийских играх и других международных спортивных мероприятиях, проводимых Международным олимпийским комитетом, континентальными ассоциациями национальных олимпийских комитетов;

7.2-1) оператор информационной системы идентификации болельщиков - федеральный орган исполнительной власти, осуществляющий функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере информационных технологий, в случаях, определенных решениями Правительства Российской Федерации, обеспечивающий возможность проведения идентификации и аутентификации зрителей, участников официальных спортивных соревнований, иных лиц, задействованных в проведении таких соревнований;

7.3) организатор спортивного соревнования - юридическое лицо, которое утверждает положение (регламент) спортивного соревнования, определяет условия и календарный план его проведения, условия допуска к участию в спортивном соревновании, порядок выявления лучшего участника или лучших участников, порядок организационного и иного обеспечения спортивного соревнования, обеспечивает финансирование спортивного соревнования в утвержденном им порядке, а также осуществляет иные полномочия в соответствии с настоящим Федеральным законом;

8) **организатор физкультурного мероприятия** - юридическое или физическое лицо, по инициативе которого проводится физкультурное мероприятие и (или) которое осуществляет организационное, финансовое и иное обеспечение подготовки и проведения такого мероприятия;

9) **официальные физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия** - физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований;

9.1) паралимпийская делегация Российской Федерации - паралимпийская команда России, а также представители Паралимпийского комитета России, органов государственной власти Российской Федерации, общероссийских спортивных федераций, обеспечивающие участие членов паралимпийской команды России в Паралимпийских играх и других международных спортивных мероприятиях, проводимых под патронажем Международного паралимпийского комитета;

9.2) паралимпийская команда России - коллектив, состоящий из спортсменов, тренеров и иных специалистов в области физической культуры и спорта, принимающих участие от имени Российской Федерации в Паралимпийских играх и других международных спортивных мероприятиях, проводимых под патронажем Международного паралимпийского комитета;

9.3) персонифицированная карта для посещения спортивного соревнования (далее - персонифицированная карта) - электронный документ, оформляемый по итогам идентификации зрителя, участника официального

спортивного соревнования, иного лица, задействованного в проведении такого соревнования, для аутентификации указанных лиц, осуществляемой в целях обеспечения безопасности государства, общественной безопасности и общественного порядка при проведении официальных спортивных соревнований;

10.1) программа развития вида спорта в Российской Федерации или субъекте РФ - программа, которая разрабатывается соответствующей общероссийской или региональной спортивной федерацией сроком на четыре года в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта или органом исполнительной власти субъекта Российской Федерации, устанавливает перечень мероприятий, цели, задачи и целевые показатели деятельности соответствующей общероссийской или региональной спортивной федерации по развитию определенного вида спорта в РФ или субъекте РФ и утверждается федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта или органом исполнительной власти субъекта РФ;

10.2) профессиональная спортивная лига - юридическое лицо, которое создается в предусмотренных законодательством Российской Федерации организационно-правовых формах, основными целями деятельности которого являются организация и (или) проведение профессиональных спортивных соревнований в порядке и случаях, которые установлены настоящим Федеральным законом;

10.3) профессиональные спортивные соревнования - спортивные соревнования по командным игровым видам спорта, участие в которых направлено на получение дохода и одним из условий допуска спортсмена к которым является наличие у него трудовых отношений с соответствующим профессиональным спортивным клубом, если иное не установлено организатором таких соревнований для отдельных категорий их участников. В иных видах спорта профессиональными спортивными соревнованиями являются спортивные соревнования, участие в которых направлено на получение дохода и которые определены в качестве таковых их организаторами в соответствии с положениями (регламентами) спортивных соревнований;

10.4) профессиональный спортивный клуб - юридическое лицо, которое является участником профессионального спортивного соревнования или которое заявило в установленном организатором профессионального спортивного соревнования порядке об участии в таком соревновании;

11) **профессиональный спорт** - часть спорта, направленная на организацию и проведение профессиональных спортивных соревнований;

11.1) символика физкультурного мероприятия или спортивного мероприятия - флаг, логотип, гимн, девиз организатора физкультурного мероприятия или спортивного мероприятия, официальное наименование физкультурного мероприятия или спортивного мероприятия и обозначения, связанные с таким организатором, образованные на их основе слова и словосочетания и сходные с ними обозначения при упоминании с наименованиями соответствующих видов спорта и (или) указанных мероприятий; зарегистрированные в качестве товарных знаков такого организатора обозначения; охраняемые в качестве промышленных образцов и

(или) объектов авторских прав такого организатора талисманы указанных мероприятий, плакаты, опознавательная символика, предметы дизайна указанных мероприятий, кубки и медали участников спортивных соревнований; охраняемые в качестве объектов авторских прав такого организатора произведения науки, литературы и искусства, а также объекты смежных прав такого организатора, содержащие обозначения, которые предназначены для индивидуализации указанных мероприятий; любые иные обозначения и объекты, разработанные организатором мероприятия для официального использования на указанных мероприятиях и принадлежащие ему;

11.2) специалист по спортивной медицине - медицинский работник, к трудовой функции которого относится оказание медицинской помощи спортсменам;

12) **спорт** - сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним;

13) **спорт высших достижений** - часть спорта, направленная на достижение спортсменами высоких спортивных результатов на официальных всероссийских спортивных соревнованиях и официальных международных спортивных соревнованиях;

14) **спортивная дисквалификация спортсмена** - спортивная санкция в виде отстранения спортсмена от участия в спортивных соревнованиях, которое осуществляется в соответствии с установленной компетенцией международной спортивной федерацией по соответствующему виду спорта, общероссийской спортивной федерацией по соответствующему виду спорта или соответствующей профессиональной спортивной лигой за нарушение правил вида спорта, положений (регламентов) спортивных соревнований, антидопинговых правил, норм и требований, утвержденных международными спортивными организациями, общероссийскими спортивными федерациями, профессиональными спортивными лигами, иными организаторами спортивных соревнований;

15) **спортивная дисциплина** - часть вида спорта, имеющая отличительные признаки и включающая в себя один или несколько видов, программ спортивных соревнований;

15.1) **спортивная подготовка** - учебно-тренировочный процесс, который подлежит планированию, осуществляется в рамках образовательной или трудовой деятельности, направлен на физическое воспитание и физическое развитие спортсменов, совершенствование их спортивного мастерства посредством систематического участия в спортивных мероприятиях, в том числе спортивных соревнованиях;

15.2) **спортивный резерв** - лица, проходящие спортивную подготовку в целях включения их в состав спортивных сборных команд, в том числе спортивных сборных команд Российской Федерации;

16) **спортивная федерация** - общественная организация, которая создана на основе членства и целями которой являются развитие одного или нескольких видов спорта, их пропаганда, организация, а также проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов - членов спортивных сборных команд;

17) **спортивное сооружение** - инженерно-строительный объект, предназначенный для проведения физкультурных мероприятий и (или) спортивных мероприятий;

18) **спортивное соревнование** - состязание (матч) среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания (матча), проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту);

19) **спортивные мероприятия** - спортивные соревнования, а также учебно-тренировочные мероприятия, включающие в себя теоретическую и организационную части, и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям с участием спортсменов;

19.1) спортивная санкция - мера ответственности за нарушение субъектом физической культуры и спорта правил вида спорта, положений (регламентов) спортивных соревнований, антидопинговых правил, норм и требований, утвержденных международными спортивными организациями, общероссийскими спортивными федерациями, профессиональными спортивными лигами, иными организаторами спортивных соревнований;

20) **спортивные сборные команды Российской Федерации** - формируемые общероссийскими спортивными федерациями (за исключением олимпийской команды России, паралимпийской команды России) коллективы спортсменов, относящихся к различным возрастным группам, тренеров, ученых, специалистов в области физической культуры и спорта для подготовки к международным спортивным соревнованиям и участия в них от имени Российской Федерации;

20.1) спортивная делегация Российской Федерации - члены спортивных сборных команд Российской Федерации, представители физкультурно-спортивных организаций, спортивных федераций, Олимпийского комитета России, Паралимпийского комитета России, Сурдлимпийского комитета России, Специальной олимпиады России, Российского студенческого спортивного союза, должностные лица органов государственной власти Российской Федерации, представляющие на международных спортивных мероприятиях, за исключением Олимпийских игр, Паралимпийских игр и других международных спортивных мероприятий, проводимых Международным олимпийским комитетом, континентальными ассоциациями национальных олимпийских комитетов и Международным паралимпийским комитетом, Российскую Федерацию и (или) обеспечивающие права и законные интересы российских спортсменов в период проведения международных спортивных мероприятий;

20.2) спортивный агент - физическое или юридическое лицо, осуществляющее посредством совершения юридических и иных действий деятельность по содействию в трудоустройстве спортсменов и тренеров в профессиональный спортивный клуб;

20.3) спортивные сборные команды субъектов Российской Федерации - формируемые региональными спортивными федерациями коллективы спортсменов, относящихся к различным возрастным группам, тренеров, ученых, специалистов в области физической культуры и спорта для подготовки к спортивным соревнованиям и участия в них от имени субъекта Российской Федерации;

21) **спортивный судья** - физическое лицо, уполномоченное организатором спортивного соревнования обеспечить соблюдение правил вида спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании, прошедшее специальную подготовку и получившее соответствующую квалификационную категорию;

22) **спортсмен** - физическое лицо, занимающееся выбранными видом или видами спорта и выступающее на спортивных соревнованиях;

23) **спортсмен высокого класса** - спортсмен, имеющий спортивное звание и выступающий на спортивных соревнованиях в целях достижения высоких спортивных результатов;

23.1) **студенческий спорт** - часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях;

23.2) **студенческая спортивная лига** - созданная на основе членства некоммерческая организация, учредителями которой являются в том числе Российский студенческий спортивный союз и (или) общероссийская спортивная федерация и целями которой являются содействие в популяризации студенческого спорта и развитии одного или нескольких видов спорта, подготовка спортивного резерва, организация и проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий среди студентов. По одному виду спорта может быть создана только одна студенческая спортивная лига. Членами студенческой спортивной лиги могут быть физические лица, юридические лица, осуществляющие деятельность в области студенческого спорта;

24) **тренер-преподаватель** - физическое лицо, которое имеет соответствующее среднее профессиональное образование или высшее образование, организует учебно-тренировочный процесс, включая проведение со спортсменами, обучающимися учебно-тренировочных мероприятий, а также руководит их состязательной деятельностью для достижения спортивных результатов;

24.1) **федеральные стандарты** спортивной подготовки - совокупность минимальных требований к спортивной подготовке по видам спорта;

25) **физическое воспитание** - процесс, направленный на воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры;

26) **физическая культура** - часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития;

27) **физическая подготовка** - процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей (в том числе навыков и умений) человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик;

28) **физическая реабилитация** - восстановление (в том числе коррекция и компенсация) нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, которые направлены на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья;

29) **физкультурные мероприятия** - организованные занятия граждан физической культурой;

29.1) **физкультурно-оздоровительная услуга** - деятельность, осуществляемая физкультурно-спортивной организацией независимо от ее организационно-правовой формы, направленная на удовлетворение потребностей граждан в сохранении и укреплении здоровья, физической подготовке и физическом развитии, включающая в себя в том числе проведение физкультурных мероприятий;

30) **физкультурно-спортивная организация** - юридическое лицо независимо от его организационно-правовой формы, осуществляющее деятельность в области физической культуры и спорта в качестве основного вида деятельности, в том числе имеющее право на оказание физкультурно-оздоровительных услуг. Положения настоящего закона, регулирующие деятельность физкультурно-спортивных организаций, применяются соответственно к индивидуальным предпринимателям, осуществляющим деятельность в области физической культуры и спорта в качестве основного вида деятельности;

31) **школьный спорт** - часть детско-юношеского спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в общеобразовательных организациях, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях;

31.1) **школьная спортивная лига** - созданная на основе членства некоммерческая организация, учредителями которой являются в том числе школьные спортивные клубы и целями которой являются вовлечение обучающихся в занятия физической культурой и спортом, развитие и популяризация школьного спорта, организация и проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий среди обучающихся. Членами школьной спортивной лиги могут быть физические лица, юридические лица, осуществляющие деятельность в области школьного спорта;

32) **целевая комплексная программа подготовки спортсменов к Олимпийским играм, Паралимпийским играм, Сурдлимпийским играм** - программа, которая разрабатывается общероссийской спортивной федерацией, является составной частью программы развития вида спорта в Российской Федерации и устанавливает цели, задачи, мероприятия и целевые показатели деятельности общероссийской спортивной федерации по подготовке и выступлению спортивной сборной команды Российской Федерации по соответствующему виду спорта на Олимпийских играх, Паралимпийских играх, Сурдлимпийских играх.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Авсеенко Наталья Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный медицинский университет им.И.И.Мечникова, Санкт-Петербург; Avseenko Natalia, St. Petersburg state University medical University.I. I. Mechnikov

Бровашов Никита Станиславович, студент магистратуры МФК11, Донской Государственный Технический Университет, г. Ростов-на-Дону; Brovashov Nikita Stanislavovich, Don state Technical University

Бровашова Ольга Юрьевна, старший преподаватель кафедры «Физвоспитание», Донской Государственный Технический Университет, г. Ростов-на-Дону; Brovashova Olga Yurievna, Don state Technical University

Гришенков Александр Вениаминович, преподаватель, Крымский филиал Российского государственного университета правосудия, г. Симферополь; Grishenkov Alexander Veniaminovich, The Crimean branch of the Russian State University of Justice

Еськов Евгений Анатольевич, старший преподаватель, Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина, г. Рязань; Eskov Evgeniy Anatolyevich, Ryazan State University named after S.A. Yesenin

Жалбэ Михаил Георгиевич, Нижневартковский государственный университет, г. Нижневартовск; Zhalbe Mikhail Georgievich, Nizhnevartovsk State University

Клепиков Игорь Георгиевич, старший преподаватель кафедры «Физвоспитание», Донской Государственный Технический Университет, г. Ростов-на-Дону; Klerikov Igor Georgievich, Don state Technical University

Козлова Арина Алексеевна, Педагогический институт НИУ «БелГУ», г. Белгород; Kozlova Arina Alekseevna, Pedagogical Institute Belgorod National Research University

Коновалов Игорь Евгеньевич, доктор педагогических наук, доцент, Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Казань; Konovalov Igor Evgenievich, Volga region state university of physical culture, sports and tourism

Коренькова Наталия Анатольевна, старший преподаватель, Педагогический институт НИУ «БелГУ», г. Белгород; Nataliya Anatol'evna Koren'kova, Pedagogical Institute Belgorod National Research University

Майоров Денис Игоревич, Донской Государственный Технический Университет, г. Ростов-на-Дону; Maiorov Denis Igorevich, Don State Technical University

Мирошникова Алина Николаевна, преподаватель, Читинская государственная медицинская академия Министерства здравоохранения РФ, г.Чита; Miroshnikova Alina Nikolaevna, Chita State Medical Academy of the Ministry of Health of the Russian Federation

Михайлюк Наталия Валерьевна, преподаватель, Донской Государственный Технический Университет, г. Ростов-на-Дону; Mikhailyuk Natalia Valeryevna, Don State Technical University

Орлова Любовь Талматовна, кандидат педагогических наук, доцент, Обнинский институт атомной энергетики – филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ», г. Обнинск; Orlova Liubov Talmatovna, Obninsk Institute for Nuclear Power Engineering.

Плаксина Ольга Александровна, кандидат педагогических наук, доцент, Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина, г. Рязань; Plaksina Olga Aleksandrovna, Ryazan State University named after S.A. Yesenin.

Скиба Игорь Александрович, Казанский государственный медицинский университет, Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Казань; Skiba Igor Alexandrovich, Kazan State Medical University, Volga region state university of physical culture, sports and tourism

Тищенко Роман Владимирович, Аспирант кафедры социальных и гуманитарных дисциплин, Белгородский университет кооперации, экономики и права, г. Белгород; Roman V. Tishchenko, Postgraduate student, Belgorod University of Cooperation, Economics and Law

Тумасян Татьяна Ивановна, старший преподаватель кафедры «Физвоспитание», Донской Государственный Технический Университет, г. Ростов-на-Дону; Tumasyan Tatyana Ivanovna, Don state Technical University

Хильчевская Ирина Васильевна, старший преподаватель, Донской Государственный Технический Университет, г. Ростов-на-Дону; Khilchevscaia Irina Vasilyevna, Don State Technical University

Чащин Виктор Владимирович, Читинская государственная медицинская академия Министерства здравоохранения РФ, г.Чита; Chashchin Victor Vladimirovich, Chita State Medical Academy of the Ministry of Health of the Russian Federation