



БелГУ
BELGOROD STATE
UNIVERSITY (BSU)



СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования «Белгородский государственный
национальный исследовательский университет» (НИУ «БелГУ»)

Педагогический институт
Факультет физической культуры

**СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Сборник научных статей по итогам
Международной научно-практической конференции

25 ноября 2022 года



г. Белгород, 2022

УДК 378.147:796
ББК 75p30
С 56

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом Педагогического института НИУ «БелГУ» (протокол № 3 от 24.11.2022)

Рецензенты:

А.Н. Кулиничев, кандидат педагогических наук, доцент,
заместитель начальника кафедры физической подготовки
Бел ЮИ МВД РФ им. И.Д. Путилина;

А.А. Третьяков, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры спортивных дисциплин
Педагогического института НИУ «БелГУ»

С 56

Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта: сборник научных статей по итогам международной научно-практической конференции (г. Белгород, 25 ноября 2022 г.) / под общ. ред. И.Н. Никулина. – Белгород: ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2022. – 810 с.

ISBN 978-5-9571-3168-7

В сборнике материалов конференции представлены работы отечественных и зарубежных учёных, а также молодых исследователей, затрагивающие широкий круг проблемных вопросов: современные тенденции развития физкультурного образования, физической культуры и спорта; актуальные вопросы преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» в учебных заведениях; актуальные вопросы теории и практики физкультурно-оздоровительной деятельности; современные технологии в адаптивной физической культуре; современные технологии подготовки спортсменов; современные физкультурно-оздоровительные технологии; медико-биологические аспекты физической культуры и спорта. Статьи опубликованы в авторской редакции.

УДК 378.147:796
ББК 75p30

ISBN 978-5-9571-3168-7

© НИУ «БелГУ», 2022

МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ АРМРЕСТЛИНГУ В РАМКАХ ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ

Драгнев Ю.В.

*Луганский государственный педагогический университет
Луганская Народная Республика, Россия, г. Луганск
dragnev@bk.ru*

Аннотация. В данной статье представлены методические аспекты обучения школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе. Уделяется внимание изучению методики обучения в армспорте охватывает совокупность средств, методов и методических приемов, которые определяют в целом путь реализации разных задач. Методика обучения школьников борьбе на руках в спортивной секции «Армрестлинг» в рамках внеклассной работы имеет такую структуру: показ, объяснение, показ; имитация двигательного действия; выполнение приема или упражнения по частям; выполнение упражнения или приема в целом.

Ключевые слова: методические аспекты, обучение, школьники, армрестлинг, внеклассная работа, школа.

Важным этапом развития армрестлинга в Луганской Народной Республике является вхождение в состав Российской Федерации как субъект. На этой основе будет в будущем создана Федерация Армрестлинга Луганской Народной Республики, которая войдет в состав Федерации Армрестлинга России. Следует сказать, что армрестлинг как вид спорта представляет собой единоборство двух спортсменов за специальным столом. В ходе борьбы на руках определяется один победитель. Армрестлинг укрепляет тело и характер спортсменов. Организация внеклассной работы со школьниками в отечественной системе среднего общего образования в ЛНР регламентируется Законом об образовании [4] и Федеральным законом об образовании в Российской Федерации [8].

Среди российских ученых, тренеров по армрестлингу проблемами совершенствования учебно-тренировочного процесса занимались: А. Антонов, С. Дмитрук, П. Живора, И. Матюшенко, И. Никулин, Э. Никулин, А. Рахматов, А. Посохов [2; 3; 5; 6]. Решением педагогических проблем профессиональной подготовки студентов к будущей профессиональной деятельности в области физической культуры спорта, а также физкультурно-оздоровительными проблемами в общеобразовательных школах занимались такие современные ученые, как: Ю. Драгнев [2], А. Черноштан [11] и др. В исследованиях ученых были решены задачи, связанные с методикой физической подготовки ученической молодежи; психологической готовностью армспортсменов к поединкам; теоретическими основами рейтингового оценивания спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по физическому воспитанию в условиях кредитно-модульной системы обучения. Данные исследования являются дополнительным фактором в изучении методических аспектов при обучении школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе.

Во внеклассной работе по армрестлингу ставятся в основном те же задачи, что и для урока по физической культуре, но учитывая особенности армрестлинга: оздоровительные, воспитательные, образовательные, развивающие. Во такой работе выделяются несколько направлений: содействие повышению уровня физической подготовленности школьников; расширение двигательного фонда; формирование двигательных умений и навыков; использование естественных сил природы (солнца, воздуха и воды) для укрепления здоровья учащихся. В системе внеклассной работы по армрестлингу большое значение имеет спортивное совершенствование учащихся, развитие их способностей.

Согласно правилам соревнований по виду спорта «Армрестлинг» [7] в

общероссийской спортивной федерации по виду спорта «Армрестлинг» [9] соревнования проводятся по системе двоеборья, согласно которой итоговые места участников в каждой весовой категории определяются по сумме очков, полученных в борьбе как левой, так и правой рукой. Победитель в личном зачете определяется по наибольшей сумме набранных очков. Соревнования могут начинаться с борьбы как левой, так и правой рукой, и проводятся в соответствии с Положением о соревнованиях. Соревнования по армрестлингу проводятся в следующих возрастных группах: мужчины, женщины (22 года и старше) (senior men, senior women*); юниоры, юниорки (19–21 год) (junior men, junior women*); юниоры, юниорки (16–18 лет) (junior men, junior women*); юноши, девушки (14–15 лет) (junior boys, junior girls*). (*в соответствии с правилами международной спортивной федерации).

Для реализации методических аспектов обучения школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе организовывается работа спортивной секции «Армрестлинг» по урочному типу, и имеет оздоровительную и образовательно-воспитательную направленность; содержание занятий, время и место проведения. Однако, без специального оборудования такие занятия будут малоэффективными и травмоопасными. Руководство спортивной секцией «Армрестлинг» возлагается на учителя физической культуры, который решает все проблемы, связанные с организацией занятий: самостоятельно выбирает и использует выбранную методику обучения; несет ответственность за безопасность занимающихся; проводит отбор в секцию; назначает дату и время тренировок; составляет Положение о соревнованиях по армрестлингу и т.д. Главная цель спортивной секцией «Армрестлинг» – повышение общего уровня здоровья занимающихся армрестлингом. Задачами являются: повышение уровня теоретической, технической, физической, психологической подготовленности школьников. В рамках организация работы спортивной секции «Армрестлинг» в рамках внеклассной работы со школьниками важным компонентом является методика обучения в армрестлинге. Далее рассмотрим материал из учебного пособия «Методика физической подготовки ученической молодежи. Часть 1 «Армспорт» [2] о методике обучения в армспорте в преломлении к работе спортивной секции «Армрестлинг» в рамках внеклассной работы со школьниками.

Итак, понятие методики обучения в армспорте охватывает совокупность средств, методов и методических приемов, которые определяют в целом путь реализации разных задач. Методика обучения школьников борьбе на руках в спортивной секции «Армрестлинг» в рамках внеклассной работы имеет такую структуру: показ, объяснение, показ; имитация двигательного действия; выполнение приема или упражнения по частям; выполнение упражнения или приема в целом. *Методический прием* – это способ реализации метода в соответствии с конкретным заданием обучения. Таким образом, внутри каждого метода, который используется во время тренировочного процесса в армспорте, есть разнообразные методические приемы. Чем больше запас методических приемов, тем более широкий диапазон применения конкретного метода. Специальную систему методов, методических приемов обучения, форм организации занятий, средств, созданную для изучения конкретного двигательного действия (или двигательных действий), определенных составом армспортсменов, принято называть *методикой обучения* [10]. В армспорте можно классифицировать методы обучения, которые позволяют оценить подобие и расхождение способов преподавания теоретического или практического материала, и его усвоение, что необходимо знать при выборе методов для решения конкретного задания.

Во время тренировочного процесса в армспорте со школьниками с помощью слова осуществляются много функций, которые составляют его конструктивную, организаторскую и другие стороны тренировочной деятельности. Правильно подобранное слово активизирует весь тренировочный процесс, потому что помогает глубже осмыслить, активнее воспринять изучения специального упражнения или отдельного приема борьбы.

Рассмотрим методы использования слова. *Описание* – это способ создания у армспортсмена представления о том или ином приеме борьбы или о выполнении специального физического упражнения. Во время описания подаются определенные признаки приема или упражнения. *Объяснение* является важнейшим способом развития сознательного отношения армспортсменов к техническим приемам борьбы или выполнению упражнений. *Беседа* может использоваться тогда, когда возникают вопросы у армспортсменов. *Разбор* технического приема или упражнения проводится после их выполнения. Разбор может быть односторонним, когда его проводит только тренер, или в виде беседы при участии армспортсменов. *Задание* – есть конкретные установки перед выполнением технических приемов или специальных упражнений. *Указание* характеризуется тем, что подается сжато, а также требует точного выполнения, акцентирует внимание армспортсменов на необходимости выполнения задания. *Оценка* является итогом анализа выполнения того или другого приема борьбы или упражнения. *Подсчет* позволяет задавать армспортсменам необходимый темп проведения технического приема. Темп выполнения специального упражнения. Осуществляется голосом с применением счета («один-два-три-четыре!»), счетом в соединении с односложными указаниями («один-два-выдох-вдох!»).

Далее рассмотрим практические методы. Метод целостного разучивания специальных упражнений или технических приемов борьбы. Этот метод используется при выполнении специального упражнения или приема борьбы в целом. Такое овладение движениями не характерно для большинства технических приемов борьбы в армспорте. Рассмотрим метод подводящих специальных упражнений. Он содержит в себе целостное выполнение отдельного приема или упражнения, ранее изученных и структурно похожих с новым. Главным правилом использования этого метода является структурное подобие со специальным упражнением или приемом борьбы, которое разучивается.

Рассмотрим метод расчлененного разучивания специальных упражнений. Этот метод характеризуется выделением отдельных частей приема или специального упражнения, овладением каждым и сочетание их в целое выполнение. Искусственное дробление специального упражнения и приема борьбы на части облегчает овладение ими. Определив основные понятия методики обучения двигательных действий в армспорте, необходимо ознакомиться с ведущими понятиями и сущностью этого процесса вообще. *Движение* – приращенная или приобретенная функция человека, связанная с постоянным перемещением тела или его составных частей с целью обеспечения активной жизнедеятельности. *Двигательное действие* – это активные движения человека, направленные на решение конкретных заданий [10]. Данные методы эффективны в учебно-тренировочном процессе по армрестлингу со школьниками.

Изучая методические аспекты обучения школьников армрестлингу в рамках внеклассной работы в школе, следует указать, что ведущей задачей в армспорте является формирования специфических движений и технических приемов борьбы. Процесс обучения любым двигательным действиям характеризуется такими особенностями: активная деятельность армспортсменов дает возможность быстрее завладеть учебным материалом; процесс обучения двигательным действиям в учебно-тренировочном процессе должен завершаться формированиям целостной системы двигательных навыков; обучение новым двигательным действиям в армспорте всегда базируется на основании предыдущих знаний и двигательного опыта армспортсменов. Все эти особенности учитываются при определении конкретных знаний, средств, способов организации учебно-тренировочных занятий и методов обучения.

Литература

1. Дмитрук С.С. Биомеханические критерии рациональности технических действий в армспорте : Дис. ... канд. пед. наук : 01.02.08 / Дмитрук Сергей Сергеевич. – Москва, 1999. – 144 с.

2. Драгнев Ю.В. Методика физической подготовки ученической молодежи. Часть 1. «Армспорт» : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед. физич. воспитания и спорта / пер. с укр. / Юрий Владимирович Драгнев ; Гос. учр. «Луган. нац. ун-т имени Тараса Шевченко». – Луганск : Изд-во ДЗ «ЛНУ имени Тараса Шевченко», Элтон-2, 2011. – 428 с.
3. Живора П.В. Армспорт: техника, тактика, методика обучения [Текст] / П.В.Живора, А.И.Рахматов. – Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «академия», 2001. – 112 с.
4. Закон об образовании [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nslnr.su/zakonodatelstvo/normativno-pravovaya-baza/3606/>
5. Матюшенко И.А., Никулин И.Н., Антонов А.В., Никулин Э.И. Модельные характеристики силовых показателей отдельных мышечных групп армрестлеров / И.А. Матюшенко, И.Н. Никулин, А.В. Антонов, Э.И. Никулин // Теория и практика физической культуры. М.: АНО НИЦ «ТиПФК». – №8. – 2020. – С. 19–21.
6. Никулин И.Н., Матюшенко И.А., Антонов А.В., Посохов А.В. Сравнительная характеристика показателей специальной силовой подготовленности армрестлеров различных весовых категорий и уровня спортивного мастерства / И.Н. Никулин, И.А. Матюшенко, А.В. Антонов, А.В. Посохов // Теория и практика физической культуры. М.: АНО НИЦ «ТиПФК». – №5. – 2021. – С. 9–11.
7. Правила вида спорта «Армрестлинг» [Электронный ресурс]. URL: <http://www.ukmpts-baikonur.ru/wp-content/uploads/2022/05/pravila-vida-sporta-armrestling-ot-22.10.2020-790.pdf>
8. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс]. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
9. Федерация армрестлинга России [Электронный ресурс]. URL: <https://armwrestling-rus.ru>
10. Худoley А.М. Основы методики преподавания гимнастики : учеб. пособ. : в 2-х ч. / А.М. Худoley. – 3-е изд., испр. и доп. – Х. : ОВД, 2004. – Ч. 1. – 414 с.
11. Черноштан А.Г. Теоретические основы рейтингового оценивания спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по физическому воспитанию в условиях кредитно-модульной системы обучения / А.Г. Черноштан // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко : сб. науч. тр. / гл. ред. Е.Н. Трегубенко; вып. ред. Н.В. Вострякова; ред. сер. Н.А. Павлова. – Луганск : Книта, 2018. – № 1 (18) : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – С. 34–40.

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ В ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ

Дубина Я.П., Посохов А.В.

*Белгородский государственный национальный
исследовательский университет, Россия, г. Белгород
МБОУ лицей №4, Россия, г. Россошь
yana.dubina.2018@mail.ru, posohov@bsu.edu.ru*

Аннотация. В статье представлены результаты внедрения экспериментальной методики развития координационных способностей волейболистов в школьной секции волейбола.

Ключевые слова: волейбол, юные спортсмены, координационные способности.

С каждым годом волейбол приобретает все новых и новых поклонников, играющих как на любительском, так и на профессиональном уровне. За последние десятилетия эта