

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования «Барановичский государственный университет»
Студенческое научное общество БарГУ

СОДРУЖЕСТВО НАУК. БАРАНОВИЧИ-2016

Материалы XII Международной
научно-практической конференции
молодых исследователей

(Барановичи, 19—20 мая 2016 года)

В трёх частях

Часть 3

Барановичи
БарГУ
2016

В части 3 материалов XII Международной научно-практической конференции молодых исследователей «Содружество наук. Барановичи-2016» представлены результаты теоретических и практических исследований, проведённых в учреждениях высшего образования Республики Беларусь и за рубежом, по психолого-педагогическим и социально-гуманитарным наукам, экологии, физической культуре, спорту и здоровому образу жизни, технологическому и эстетическому образованию.

Сборник адресуется широкому кругу специалистов сферы образования, аспирантам и студентам.

Редакционная коллегия:

А. В. Никишова (гл. ред.), А. А. Селезнёв (отв. секретарь),
В. И. Козел, А. В. Демидович, А. В. Литвинский, З. В. Лукашя, Н. Г. Дубешко, Е. А. Клещёва,
К. С. Тристеня, И. А. Ножка, А. В. Земоглядчук, Д. С. Лундышев

Рецензент

доктор психологических наук, профессор Я. Л. Коломинский

В процессе разработки тематики курсовых работ по дисциплинам «Методика преподавания украинского языка», «Методика преподавания естествознания», «Методика преподавания математики», «Изобразительное искусство с методикой преподавания» были включены темы валеологического содержания, например, формирование здорового образа жизни младших школьников на уроках украинского языка, педагогические условия формирования здорового образа жизни младших школьников при изучении естествознания, воспитательный потенциал уроков изобразительного искусства в контексте формирования здорового образа жизни младших школьников, задачи в начальном курсе математики как средство формирования здорового образа жизни младших школьников.

Знания, умения и навыки, полученные студентами при изучении вышеуказанных предметов, были интегрированы будущими учителями в педагогический процесс начального образования во время прохождения педагогической практики (7 семестр — производственная педагогическая практика (6 недель)).

На сегодня здоровьесберегающие образовательные технологии активно внедряются в учебно-воспитательный процесс начальной школы. Их используют во время уроков, во внеучебной, внешкольной деятельности, работе с родителями и семейной педагогике. Учёные отмечают, что для достижения здоровьесберегающего эффекта на уроке желательно создать благоприятный психологический климат, знать приёмы снятия эмоциональной напряжённости у учеников и обращать внимание на сохранение, приумножение собственного здоровья и окружающих, пропагандировать здоровый образ жизни. Это осуществляется через привлечение к учебному процессу обязательного проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, уроков по основам здоровья и физической культуры, а также воспитательных мероприятий оздоровительного направления [3].

Приёмы использования этих технологий А. Н. Ващенко классифицирует так: профилактически защитные (личная гигиена и гигиена обучения); компенсаторно-нейтрализующие (физкультминутки, оздоровительная, пальчиковая, дыхательная гимнастики, массаж, психогимнастика и др.); стимулирующие (элементы закаливания, физические нагрузки, приёмы психотерапии и фитотерапии); информационно-обучающие (письма, адресованные родителям, ученикам, педагогам) [4, с. 12].

Использование здоровьесберегающих образовательных технологий в учебно-воспитательном процессе начальной школы может изменить к лучшему ситуацию со здоровьем учащихся, которая сложилась в современном обществе. Нужно всегда помнить, что здоровье — залог счастья и максимальной самореализации ребёнка. Полноценная, радостная и счастливая жизнь возможна только тогда, когда ребёнок здоров.

Заключение. Изучение и использование в работе педагога здоровьесберегающих образовательных технологий, направленных на формирование здорового образа жизни младших школьников, — одна из главных задач современного начального образования.

Рассмотренные нами теоретические положения и практические результаты исследования не охватывают всех аспектов исследуемой проблемы. Среди перспективных направлений дальнейшего исследования заслуживают внимания следующие: совершенствование учебных программ дисциплин цикла профессиональной и практической подготовки, разработка методического обеспечения и дальнейшее обновление содержания профессиональной подготовки будущих учителей начальных классов к воспитанию здорового образа жизни младших школьников.

Список цитируемых источников

1. Лобач А. Активний відпочинок молодших школярів // Початк. освіта. 2015. № 3 (747). С. 60—61.
2. Основи здоров'я. Календарно-тематичне планування. 3-й клас // Початк. освіта. 2014. № 11 (731). С. 4—5.
3. Ващенко О., Свириденко С. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах // Директор шк. 2006. № 20. С. 12—15; Лобач А. Активний відпочинок молодших школярів. С. 60—61; Основи здоров'я. Календарно-тематичне планування. 3-й клас. С. 4—5.
4. Ващенко О., Свириденко С. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах. С. 12—15.

УДК 796.05

А. П. Саскевич

Районное спортивно-оздоровительное учреждение «Вымпел», Ивацевичи

РАЦИОНАЛЬНАЯ СТРУКТУРА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В СТРУКТУРЕ ТЕХНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ИГРЫ В ФУТБОЛ

Введение. Одним из резервов в системе подготовки юных футболистов видится совершенствование организации учебно-тренировочного процесса на основе учёта особенностей структуры двигательных способностей, психического и морфофункционального состояния спортсменов, уровня технического мастерства индивида. Командные спортивные игры, включая футбол, отличаются тем, что основной объём нагрузок, выполняемых в тренировочном процессе, носит специализированный характер, а в качестве приоритетных средств подготовки используются групповые и командные упражнения игрового характера.

Цель исследования — определить рациональную структуру физической подготовки юных футболистов в структуре технических навыков игры в футбол на основе корреляционного анализа.

Методы и методология исследования: педагогический эксперимент, педагогическое тестирование, педагогическое наблюдение, методы математической статистики.

Организация исследования. Педагогический эксперимент проходил на базе центра физической культуры и спорта учреждения образования «Полесский государственный университет» в секции по футболу — экспериментальная группа (далее — ЭГ) в количестве 29 человек и учебно-спортивного учреждения «ДЮСШ Пинского района» на отделении футбола — контрольная группа (далее — КГ) в количестве 29 человек. Участниками исследования являлись юноши 2000—2001 г. р. Всего в исследовании приняло участие 58 детей. Педагогический эксперимент проходил четыре года в период с апреля 2010 г. по апрель 2014 г. в два этапа; ЭГ занималась по предложенной нами программе, КГ — по общепринятой.

Результаты исследования и их обсуждение. Корреляционный анализ был направлен на выявление взаимосвязей упражнений между собой за период проведения педагогического исследования (таблица 1). За два года проведения педагогического эксперимента (2010—2012 гг.) было сопоставлено восемь из восемнадцати тестируемых физических упражнений в КГ и ЭГ.

При сравнении результатов исследования 4-х годичного педагогического эксперимента результаты среднего и высокого уровня корреляции зафиксированы в шести из десяти упражнений в ЭГ. Как мы можем наблюдать, высоких связей во взаимодействиях между упражнениями в КГ на начальном этапе исследования не имеется — все на среднем уровне (таблица 2).

Т а б л и ц а 1 — Взаимосвязь между упражнениями физической и технической направленности в КГ ($n = 29$) и ЭГ ($n = 29$) за два года проведения исследования (апрель 2010—2012 гг.)

Физическое упражнение	Период исследования	
	КГ	ЭГ
Подтягивание в висе на перекладине, количество раз	0,39*	0,64*
Бег по ломанной кривой, с	0,38*	0,18
Удары в створ ворот в усложнённых условиях, количество раз	-0,31	0,50*
Жонглирование футбольным мячом в усложнённых условиях, количество раз	0,12	-0,09
Бег 300 м, с	0,81*	0,67*
Спринт—бег трусцой—спринт (50 м), с	0,01	0,90*
Челночный бег 3 × 10 м, с	-0,24	-0,29

Примечание. * — средний и высокий уровни корреляционной взаимосвязи.

Т а б л и ц а 2 — Взаимосвязь между упражнениями физической и технической направленности в КГ ($n=29$) и ЭГ ($n=29$) за 4-х летний период проведения исследования (апрель 2010—2014 гг.)

Физические упражнения	Период исследования	
	КГ	ЭГ
Бег 15 м (с)	0,29	-0,20
Бег 60 м (с)	-0,01	0,38*
Челночное ведение мяча 30 м (с)	-0,36*	0,18
Ведение мяча 30 м (с)	0,11	0,44*
Ввод мяча из-за боковой линии (аут) (м)	0,02	0,65*
Подъем туловища на наклонной скамье из положения лёжа (колич. раз)	0,02	0,13
Маятник (с)	-0,12	-0,14
Обводка футбольным мячом стоек 15 м (с)	-0,01	0,58*
Прыжок в длину с места (см)	0,01	0,40*
Удар на дальность левой ногой (м)	-0,25	-0,15
Удар на дальность правой ногой (м)	0,19	0,50*

Примечание. * — средний и высокий уровни корреляционной взаимосвязи.

Частые корреляционные взаимосвязи наблюдаются среди упражнений скоростного и скоростно-силового характера. Отмечается, что присутствует и случай связи упражнений технической подготовки и скоростно-силового характера, но он только единичный.

Установлено, что по итогам проведения педагогического эксперимента высоких корреляционных взаимосвязей при построении корреляционных матриц у ЭГ не наблюдается, в отличие от средних показателей.

Анализируя таблицы 1 и 2, можно с уверенностью говорить, что при сравнении результатов как за период двухгодичного исследования, так и четырёхлетний период, встречаются преимущественно средние корреляционные взаимосвязи в ЭГ, в отличие от результатов исследования начального этапа эксперимента, на его итоговом этапе показано значительное улучшение и увеличение корреляционных взаимосвязей.

Заключение. Для обеспечения высокой эффективности процесса физической и технической подготовки детей, специализирующихся на футболе, целесообразно придерживаться следующих практических рекомендаций:

1. Учебный материал следует условно разделять на обязательный и дополнительный, относя к первому виду упражнения, обеспечивающие воздействие на функциональные системы, физические качества и двигательные способности, а ко второму — упражнения технической направленности, индивидуально выбираемые занимающимися в соответствии с их интересами и приоритетами в выполнении. Использование программных и приоритетных упражнений надо согласовывать по принципу дополнения, избегая их дублирования. Приоритетный выбор юными спортсменами тех или иных средств не должен исключать упражнений из группы обязательных.

2. В качестве основной формы применения упражнений комплексного воздействия рекомендуется использовать круговую тренировку.

3. Желательно использовать упражнения, которые трудны физически, но не сложны координационно. При этом использовать в качестве развивающих относительно простые двигательные действия, связанные с техникой владения мячом, и в то же время уделять достаточно внимания развитию координационных способностей за счёт специальных заданий на точность движений (жонглирование, удары по воротам в обычных и усложнённых условиях).

4. Технические элементы и их соединения следует включать в комплекс лишь в том случае, если, во-первых, необходима их проработка на выносливость, во-вторых, если они освоены достаточно хорошо.

5. Используемые упражнения должны быть направлены на развитие всех мышечных групп и тех качеств, которые преимущественно проявляются в выполнении игровой деятельности. Обеспечивать комплексность воздействия необходимо за счёт использования разнохарактерных упражнений, соотнося их по принципам физиологической согласованности и педагогической целесообразности.

6. Стремление к максимальному (или заданному) количеству повторений упражнений должно сочетаться с высоким качеством выполнения.

7. Наибольший эффект в скоростно-силовых упражнениях дают повторения движений с использованием предельных или околопредельных по мощности нагрузок.

8. При использовании круговой тренировки в каждом упражнении на очередной «станции» рекомендуется менять характер нагрузки. Целесообразна следующая комбинация упражнений: на быстроту, скоростно-силовые, силовые динамические, на быстроту, на координацию (ловкость).

9. Обязательно следует учитывать степень нагрузки при согласовании различных двигательных действий и соотносить её с содержанием и характером отдыха для обеспечения достаточного восстановления, в частности, дозировать количество повторений скоростно-силовых упражнений и время выполнения каждого из них. Кроме этого, обязательным является контроль частоты сердечных сокращений: перед занятием, сразу после него, через 3—5 мин после окончания и ещё через 12—15 мин в восстановительном периоде. При хорошей тренированности восстановление частоты сердечных сокращений через 3 и 5 мин должно составить соответственно 65—67% и 75—78% по отношению к состоянию покоя, а за последующие 12—15 мин достигать уровня выше фоновых показателей не более чем на 8—10%.

УДК 372.016:796

Ю. С. Сидоркевич

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ОБЪЕКТ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Введение. Современные сложные условия жизни диктуют более высокие требования к биологическим и социальным возможностям человека. Всестороннее развитие физических способностей людей с помощью организованной двигательной активности помогает повысить работоспособность, укрепить здоровье, иметь повышенную устойчивость к стрессовым нагрузкам.