

ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

сборник научных трудов

Виктор Плетников

**Особенности подготовки
специалистов по физической
культуре и спорту:
теория и практика.
Сборник научных трудов**

«Издательские решения»

Плетников В. С.

Особенности подготовки специалистов по физической культуре и спорту: теория и практика. Сборник научных трудов / В. С. Плетников — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-851797-6

В сборник вошли выступления участников I заочной всероссийской научно-практической конференции «Особенности подготовки специалистов по физической культуре и спорту: теория и практика». Данный сборник предназначен для преподавателей, аспирантов и студентов. Обсужден на заседании кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин ЕИФК (филиала) УралГУФК (протокол №9 от «03» мая 2017 г.).

ISBN 978-5-44-851797-6

© Плетников В. С.
© Издательские решения

Содержание

Балашов Александр Викторович	6
Басирова Эльфия Марсовна	9
Басистов Дмитрий Георгиевич, Такиulina Эльвира Руслановна	12
Громова Наталья Сергеевна	15
Дружинин Андрей Валерьевич	19
Евтеев Илья Алексеевич	22
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Особенности подготовки специалистов по физической культуре и спорту: теория и практика Сборник научных трудов

Авторы: Плетников Виктор Сергеевич, Балашов Александр Викторович, Басирова Эльфия Марсовна, Басистов Дмитрий Георгиевич, Такиулина Эльвира Руслановна, Громова Наталья Сергеевна, Дружинин Андрей Валерьевич, Евтеев Илья Алексеевич, Зеленин Дмитрий Евгеньевич, Шищенко Галина Александровна, Иванова Екатерина Сергеевна, Кузнецов Сергей Владимирович, Ломовцева Ольга Викторовна, Павлов Владимир Александрович, Панов Евгений Валентинович, Фомин Сергей Анатольевич, Плетникова Мария Сергеевна, Плющева Наталья Сергеевна, Сазонова Светлана Леонидовна, Тарасевич Игорь Владимирович, Сергеева Лариса Александровна, Суркова Полина Владимировна, Тимофеева Ирина Владимировна

Редактор Виктор Сергеевич Плетников

- © Виктор Сергеевич Плетников, 2017
- © Александр Викторович Балашов, 2017
- © Эльфия Марсовна Басирова, 2017
- © Дмитрий Георгиевич Басистов, 2017
- © Эльвира Руслановна Такиулина, 2017
- © Наталья Сергеевна Громова, 2017
- © Андрей Валерьевич Дружинин, 2017
- © Илья Алексеевич Евтеев, 2017
- © Дмитрий Евгеньевич Зеленин, 2017
- © Галина Александровна Шищенко, 2017
- © Екатерина Сергеевна Иванова, 2017
- © Сергей Владимирович Кузнецов, 2017
- © Ольга Викторовна Ломовцева, 2017
- © Владимир Александрович Павлов, 2017
- © Евгений Валентинович Панов, 2017
- © Сергей Анатольевич Фомин, 2017
- © Мария Сергеевна Плетникова, 2017
- © Наталья Сергеевна Плющева, 2017
- © Светлана Леонидовна Сазонова, 2017
- © Игорь Владимирович Тарасевич, 2017
- © Лариса Александровна Сергеева, 2017
- © Полина Владимировна Суркова, 2017
- © Ирина Владимировна Тимофеева, 2017

ISBN 978-5-4485-1797-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Балашов Александр Викторович

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ВОСПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ (НА ПРИМЕРЕ ДЮСШ №4 ГОРОДА ИРКУТСКА)

Физическая культура и спорт – это часть социальной политики государства, одна из граней общей культуры человека, его здорового образа жизни. Уровень развития физической культуры и спорта в обществе определяет поведение человека в учебе, на производстве, в быту, в общении, способствует решению социально-экономических, воспитательных и оздоровительных задач.

В настоящее время в стране формируется активный интерес к здоровому образу жизни. По сути дела, можно говорить о том, что в России возникает новый социальный феномен, выражающийся в острой экономической заинтересованности граждан в сохранении здоровья как основы материального благополучия.

Предлагаем проанализировать особенности организации физкультурно-спортивного воспитания на примере ДЮСШ №4 г. Иркутска.

ДЮСШ №4 осуществляет образовательный процесс в соответствии с законом Российской Федерации «Об образовании» и уставными целями и задачами. ДЮСШ реализует программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности.

ДЮСШ №4 самостоятельно разрабатывает программу своей деятельности с учетом запросов детей, родителей (законных представителей) и других образовательных учреждений, детских и юношеских общественных объединений и организаций, особенностей социально-экономического развития региона и его спортивных традиций. Образовательный процесс проводится бесплатно и предполагает высокую активность детей и подростков. Возраст обучающихся в ДЮСШ №4 от 6 до 18 лет, но возможны изменения возрастного ценза в случае пребывания занимающихся в составе сборной команды России.

Выполнение целей образовательной деятельности обеспечивается за счет преемственности содержания программ групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп, групп спортивного совершенствования, а также за счет педагогически обоснованного выбора тренерами-преподавателями и педагогами дополнительного образования методов, средств, форм обучения и воспитания, соответствующих возрасту и психофизиологическому уровню развития обучающихся.

Образовательная деятельность ДЮСШ №4 регламентируется учебным планом (с разбивкой всех реализуемых программ дополнительного образования детей по направлениям образовательной деятельности, уровням, годам обучения), годовым календарным учебным графиком, расписанием занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми учреждением самостоятельно.

Годовой календарный учебный график, согласованный с Учредителем устанавливает периодичность учебного времени и каникул. Учебный год в ДЮСШ №4 начинается 1 сентября. Комплектование учебных групп проводится с 1 по 10 сентября. Учебно-тренировочные занятия в отделениях по видам спорта ДЮСШ №4 проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 39 недель учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ. Занятия проводятся в любой день недели, включая воскресенье и каникулы (осенние, зимние, весенние). Начало занятий не ранее 8.00 часов. Окончание занятий не позднее 20.00 часов.

В каникулярное время педагог работает по графику, утвержденному директором. Продолжительность занятий: – в группах спортивно-оздоровительной направленности и начальной подготовки 1ч.30 м. (2х 45 мин.) в учебные дни и 2 ч. 15 м. (3х 45 мин.) в выходные и каникулярные дни; – в учебно-тренировочных группах и группах спортивного совершенствования 1ч. 30 м. (2х 45 мин.) и 2ч. 15 м. (3х 45 мин.) в учебные дни и 3.00 ч. в выходные и каникулярные дни;

Организация учебно-тренировочного процесса:

– режим занятий обучающихся регламентируется расписанием занятий, которое утверждается директором школы на первое и второе полугодие учебного года с учетом санитарных правил и норм;

– при занятиях в спортивных, тренажерных залах, бассейне, через каждые 45 мин., обязателен 10 – минутный перерыв для отдыха детей и проветривания помещений;

– при занятиях на свежем воздухе делать такие перерывы нецелесообразно.

Наполняемость учебных групп в зависимости от года обучения и этапа подготовки ежегодно определяется педагогическим советом ДЮСШ №4 и утверждается приказом директора школы. Оптимальная наполняемость спортивно-оздоровительных групп и групп начальной подготовки – 10 человек, допустимое – 15 человек. Количество учебных групп в ДЮСШ №4 определяется учреждением самостоятельно, исходя из размера субсидии предоставленной ДЮСШ №4 Учредителем на возмещение нормативных затрат, связанных с оказанием в соответствии с муниципальным заданием муниципальных услуг (выполнением работ).

Продолжительность обучения на каждом этапе обучения определяется программами дополнительного образования детей, реализуемыми в ДЮСШ №4, но не может быть более: – 2-х лет – на этапе начальной подготовки; – 5-ти лет – на учебно-тренировочном этапе; – 3-х лет – на этапе спортивного совершенствования. В спортивно-оздоровительных группах занимаются дети от 6 до 17 лет, ограничения по срокам обучения не устанавливаются.

Комплектование персонала ДЮСШ №4 осуществляется в соответствии с количеством групп, учебным планом, штатным расписанием.

Порядок приема обучающихся:

– спортивно-оздоровительные группы формируются как из вновь зачисляемых в спортивную школу обучающихся не моложе 6 лет, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта;

– в группы начальной подготовки на отделение принимаются дети не моложе 8—9 лет, на основании заявления родителей и медицинского допуска к занятиям данными видами спорта;

– в учебно-тренировочные группы зачисляются на конкурсной основе обучающиеся, прошедшие необходимую подготовку в течение, как минимум, одного года в группах начальной подготовки и выполнившие соответствующие контрольные нормативы;

– в группы спортивного совершенствования зачисляются обучающиеся, выполнившие норматив I разряда.

Зачисление обучающихся в учебные группы оформляется приказом директора школы. При зачислении в ДЮСШ №4, обучающиеся и их родители (законные представители) должны быть ознакомлены с Уставом ДЮСШ №4, лицензией, правилами поведения обучающихся в ДЮСШ №4, о чем делается соответствующая отметка в заявлении родителей (законных представителей) о приеме ребенка в школу.

Отчисление обучающихся из ДЮСШ №4 осуществляется:

– по собственному желанию, семейным обстоятельствам, состоянию здоровья и другим уважительным причинам;

– приказом директора.

Формой предъявления результатов образовательной деятельности являются спортивные соревнования различного ранга, проводимые как ДЮСШ №4, так и другими организациями. Выполненные обучающимися спортивные разряды фиксируются в квалификационной книжке спортсмена.

Формой промежуточной аттестации, а также основанием для перевода обучающихся в группу следующего года обучения являются переводные испытания. Контрольные нормативы для переводных испытаний и порядок их проведения определяются тренерским Советом ДЮСШ №4 и оформляются приказом директора учреждения. Обучающиеся, не выполнившие нормативы контрольных испытаний, решением педагогического Совета, оставляются на повторный год обучения. Промежуточная аттестация для обучающихся в спортивно-оздоровительных группах не проводится.

Врачебный контроль за обучающимися осуществляется врачом (фельдшером) ДЮСШ №4.

ДЮСШ №4 в период летних каникул организует пришкольные спортивно-оздоровительные лагеря, выезды в загородные оздоровительные лагеря, комплектуемые из числа перспективных обучающихся. Список участников спортивного лагеря утверждается педагогическим Советом ДЮСШ №4.

Работа ДЮСШ №4 строится на принципах добровольности и самоопределения обучающихся. Необходимые условия для этого создаются тренерами-преподавателями и педагогами дополнительного образования, которые обеспечивают нравственное и физическое развитие обучающихся.

Отношения обучающихся и педагогов строятся на основе сотрудничества, уважения личности ребенка и предоставления ему свободы развития в соответствии с его индивидуальными способностями и интересами.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что основополагающая задача государственной политики в области физической культуры и спорта – создание условий для роста благосостояния населения Российской Федерации, национального самосознания и обеспечения долгосрочной социальной стабильности – в принципе реализуется.

Список использованной литературы:

1. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // Собрание законодательства Российской Федерации от 10 декабря 2007 г. N 50 ст. 6242.

Басирова Эльфия Марсовна

СОЕДИНИТЬ НЕСОВМЕСТИМОЕ: СПОРТ И ЛИТЕРАТУРА

Важнейшее значение в формировании духовно богатой, гармонически развитой личности с высокими нравственными идеалами и эстетическими потребностями имеет художественная литература. Курс литературы в школе основывается на принципах связи искусства с жизнью, единства формы и содержания, осмысления историко-культурных сведений, нравственно-эстетических представлений. Изучение литературы в школе позволяет учащимся приобщиться к искусству слова, богатству русской классической и зарубежной литературы. Для студентов колледжа важным становится расширение круга чтения, повышение качества чтения, уровня восприятия и глубины проникновения в художественный текст. Студенты первого курса колледжа читают и изучают русскую литературу второй половины девятнадцатого и двадцатого века – глубокие, сложные произведения: «Война и мир» Л. Н. Толстого, «Преступление и наказание» Ф. М. Достоевского, «Мастер и Маргарита» М. А. Булгакова, произведения И. С. Тургенева, А. П. Чехова, И. А. Бунина... – признанных мастеров, классиков.

Далеко не каждому удаётся постичь всю глубину идеи писателя, его творческую индивидуальность, высокий гуманизм произведений в целом. Поэтому так часто мы возвращаемся к этим произведениям позже, читаем и перечитываем, открывая всё новые грани. Как, понимая всё эту сложность и величие, заинтересовать пятнадцатилетнего студента, по сути подростка, литературой, мотивировать его на чтение? А ведь некоторые из них уже из школы приходят с нежеланием читать эту «замшелую», устаревшую классику, приходят и подростки, которым не привита привычка к чтению вообще. (Их родители – поколение 30-35-летних – читают очень мало.) Наши студенты занимаются спортом, их будущая профессия – педагог по физической культуре. И одно из направлений в процессе формирования интереса к литературе и мотивации к чтению – чтение художественной литературы с сюжетом спортивной тематики. А это, поверьте, – занятие увлекательное.

Во-первых, это возможность побывать в похожих ситуациях, знакомых каждому спортсмену: борьба с самим собой, преодоление лени, анализ ошибок и обидных поражений. Во-вторых, благодаря художественной выразительности текстов, можно открыть новые грани того или иного вида спорта, раскрытые автором, и попытаться понять сущность и притягательность какого-то нового вида спорта, веря людям, которые его выбрали. Ну, и, в-третьих, посредством этой литературы подойти к сложным произведениям постепенно, привыкнув вначале читать и получать удовольствие от чтения. Наш современник, знаменитый японский писатель Харуки Мураками [1] в книге «О чём я говорю, когда говорю о беге», сравнивает спорт с литературным трудом, например, о беге он пишет с восхищением: как писатель медленно и точно создаёт свои художественные образы, так и бегун строит свою дистанцию.

Начнём с признанной классики. Все мы знаем произведения американского писателя Марка Твена [2], в своё время зачитывались его рассказами о Томе Сойере, в рассказе «Укрощение велосипеда» с присущим ему юмором автор рассказывает об обучении езде на велосипеде, и в конце заключает: «Купите себе велосипед. Не пожалеете, если ...останетесь живы». Среди рассказов американского писателя Джека Лондона [3] немало произведений о спорте, об испытаниях, выпавших на долю человека, о столкновениях с дикими живот-

ными, мощными природными явлениями. Это повести «Белое безмолвие», «Белый клык», «Зов предков», «Моби Дик» и другие. Рассказ «Мексиканец» повествует о поединке юного революционера Риверы с боксёром-профессионалом, и, как всегда это бывает у Джека Лондона, – это поединок между добром и злом, и добро побеждает, хоть не легко и не сразу. Великий английский драматург [4] Бернард Шоу своё отношение к спорту и здоровому образу жизни выразил в пьесе «Карьера одного борца». Главный герой считает: «Незачем приобретать книги и картины, если вы не способны защитить голову, которая ими наслаждается». У знаменитого романиста Александра Дюма [5] есть роман «Учитель фехтования», автор мушкетёрской саги не менее увлекателен и в создании образа ещё одного мастера шпаги: записной дуэлянт в молодости, шевалье Грезье обучал искусству владения шпагой русских дворян – будущих декабристов. В трилогию канадского писателя С. Янга [6] входят три повести: «Новички-хоккеисты», «Научись защищаться» и «Мой кумир – хоккей». Она посвящена молодёжному хоккею в Канаде, написана наблюдательным и доброжелательным автором, рассказывает о страстной влюбленности персонажей трилогии в хоккей, об их преданности товарищам и клубу.

Читателям помладше можно смело рекомендовать рассказ В. Ю. Драгунского [7] «Третье место в стиле Баттерфляй», хотя можно и не согласиться с папой главного героя, остудившего победный пыл сына. Главный герой пришёл домой счастливый – ведь он занял третье место в соревнованиях по плаванию (четвертое место никто не занял). В рассказе голландской писательницы Мэри Додж [8] «Серебряные коньки» действие происходит в маленьком городке, подростки Ханс и Гретель мечтают о победе в состязаниях конькобежцев, для них – детей из бедной семьи – это единственный шанс получить настоящие коньки, сверкающие серебром. Эту книгу многие читали в школьном детстве и искренне болели за Гретель, радовались её победе в соревнованиях, она осуществила свою серебряную мечту – не только о коньках, но и о победе, о справедливости.

Русские писатели не раз высказывались в своих произведениях о безусловно положительном влиянии спорта на характер, волю человека, на формирование нравственных качеств. Это, например, «Ход Белой Королевы» и «Вратарь республики» Льва Кассиля [9], «Завтрак с видом на Эльбрус»

Ю. Визбора [10], «Зависть» Ю. Олеши, «Испытание» Ю. Нагибина, «Железный посыл» и «Кони в океане» Д. Урнова, «Бесконечные игры» Ю. Трифонова и многие другие. О чём эти книги? О спорте, о времени, о себе, о смысле жизни и жизни без смысла. Но если в жизни человека есть спорт, не важно, бег это, конный спорт или скалолазание – то, значит, есть в ней азарт, состязание, борьба, соперники и друзья, а значит, и смысл есть.

Особое место в этом ряду занимает роман В. Набокова [11] «Защита Лужина», в нём рассказывается о сложной судьбе великого шахматиста, о шахматах – игре, имеющей миллионы приверженцев и болельщиков. Но роман этот повествует о судьбе человека, для которого игра стала не только увлечением или профессией, но и болезнью, настоящим проклятием. Некоторые шахматисты упрекали автора романа за создание этого неоднозначного образа, который может вызвать негативное отношение к этой интеллектуальной, почитаемой с древности игре. Главный герой погибает, заблудившись между реальностью и игрой разума.

В процессе преподавания литературы и других учебных дисциплин, в формировании мотивации к обучению, повышения интереса к избранной профессии художественная литература может играть немаловажную роль. С этой целью можно использовать уроки развития речи, тематические классные часы, внеклассные мероприятия. И даже в программных произведениях можно найти интересующий аспект. Так, например, в романе И. Тургенева «Отцы и дети» есть слова: «Павел Петрович славился смелостью и ловкостью (он ввёл было гимнастику в моду между светскою молодёжью)...». В завершении экскурса в тему «литература о спорте», приведу строки из песни Владимира Высоцкого «Утренняя гимнастика» [12]:

Вдох глубокий, руки шире,
Не спешите, три-четыре,
Бодрость духа, грация и пластика.
Общеукрепляющая, утром отрезвляющая,
Если жив пока ещё, гимнастика.

Список использованной литературы:

- [1] Мураками Харуки. О чём я говорю, когда говорю о беге. /пер. с яп. А. Кунина. – М., 2010.
- [2] Твен Марк. Повести. – М., 2001.
- [3] Лондон, Д. Дорога. Путешествие на «Снарке». Игра: очерки и повести. – Харьков, 1994.
- [4] Шоу, Д. Б. Избранные сочинения. В 2-х т. – М., 1999.
- [5] Дюма, А. Учитель фехтования. – Казань, 1998.
- [6] Янг, С. Мой кумир – хоккей. / пер. с англ. Ю. А. Смирнова. – М., 1998.
- [7] Драгунский, В. Ю. Всё о Дениске и его секретах: рассказы. – Спб., 2010.
- [8] Додж, М. Э. М. Серебряные коньки: повесть/пер. с англ. М. И. Клягиной-Кондратьевой. – М., 2001.
- [9] Кассиль, Л. А. Собрание сочинений. В 2-х т. – М., 1995.
- [10] Визбор, Ю. И. Сочинения. В 2-х т. – М., 1999.
- [11] Набоков, В. В. Защита Лужина. – М., 1989.
- [12] Высоцкий, В. С. Нерв. – М., 1996.

Басистов Дмитрий Георгиевич, Такиулина Эльвира Руслановна

ПЕРСПЕКТИВЫ БОРЬБЫ САМБО КАК ОЛИМПИЙСКОГО ВИДА СПОРТА

«Эта борьба, – сложившаяся из наиболее ценных элементов национальных видов борьбы нашего необъятного Союза и некоторых лучших приемов из других видов борьбы, представляет собой чрезвычайно ценный по своему многообразию техники и прикладности вид спорта» [1]. С 2003 года самбо признано национальным и приоритетным видом спорта в Российской Федерации. «Самбо – один из претендентов на признание со стороны МОК, – сказал ранее Владимир Путин. – Надо использовать все возможности для включения этого популярного и зрелищного единоборства в программу Олимпийских игр. Конечно, это сложный и длительный процесс, но об этом нужно думать и говорить, так как Россия в этом заинтересована» [2].

История развития самбо в советском союзе берет свое начало с 1938 года. В этом году состоялась научно-методическая конференция, на которую прибыли тренеры, представлявшие различные виды национальной борьбы стран-народов Советского Союза, например, как: туркменская, казахская, киргизская, татарская и т. д. Главным тренером был выбран А. А. Харлампиев, известный в Советском союзе не только как ученик прославленного В. С. Ощепков. Рукопашный бой В. С. Ощепкова включал в себя элементы ушу, европейского бокса, американской борьбы, в основе которого заложено японское дзюдо, стал системой, впоследствии проявившейся в современном самбо. Техника самбо включает в себя две группы приемов: обезоруживание и задерживание с помощью болевых в стойке (так называемый боевой раздел), и спортивных приемов.

Остро стоит вопрос о включении самбо в Олимпийскую программу игр. Сегодня в программу 32 Олимпийских игр, включены 33 вида спорта среди которых: хоккей на траве, фехтование, тхэквондо, стрельба, прыжки на батуте, водное поло, шоссейный велоспорт, велотрековые гонки, керлинг, бадминтон, сноуборд и другие. Федерация пилонного спорта, Международная Федерация перетягивания каната и ряд других Федераций также подавали свою заявку на включение этого вида спорта в программу Олимпийских видов спорта в Токио в 2020 году, однако по решению исполкома в Рио-де-Жанейро добавили следующие виды спорта: бейсбол, серфинг, скалолазание, карате, скейтбординг. Основными принципами рассмотрения заявок являлись:

1. дополнительный вид спорта будет содействовать развитию олимпийского движения и усиливать его значимость, делая акцент на молодежи;
2. дополнительный вид спорта будет увеличит значимость Игр, привлекая внимание жителей Японии и новых зрителей по всему миру, которые будут следить за Играми в Токио;
3. процедура отбора будет открытой и справедливой [3].

В 1964 году в Токио, когда Олимпийские проходили там последний раз, самбо было включено и Олимпийскую программу. Тем более, что в основу техники самбо входит японская борьба дзюдо.

Для признания какого-либо спорта Олимпийским требуется: а) наличие Международной спортивной федерации по виду спорта, признанной МОК; б) признание и выполнение соответствующими спортивными федерациями «Олимпийской хартии» и Всемирного антидопингового кодекса; в) широкое распространение, проведение мировых, региональных

и национальных чемпионатов, кубковых соревнований: не менее чем в 75 странах 4-х континентов для летних мужских видов спорта; не менее чем в 40 странах 3-х континентов для летних женских видов спорта; не менее чем в 25 странах 3-х континентов для зимних видов спорта.

Относительно первого критерия необходимо отметить, что Международная Федерация самбо на сегодняшний день создана.

Прокомментируем второй критерий. «Олимпийская хартия» ограничивает число федераций, которые имеют право участвовать в олимпийских состязаниях. Всего их 28, из них 25 – регулярное «ядро», а оставшиеся считаются дополнительными [4].

Относительно третьего критерия следует обратить внимание на то, что в 2014 году самбо официально включено в программу первых Европейских игр, которые прошли в столице Азербайджана с 12 по 28 июня 2015 года. В этом же году самбо получило признание Олимпийского комитета Азии и включено в программу Азиатских игр. Все это дает возможность национальным олимпийским комитетам многих стран признавать самбо как вид спорта наравне с другими олимпийскими дисциплинами [5].

На сегодняшний день, заместитель председателя Правительства РФ Виталий Мутко, отвечая на вопросы самбистов: «Если бы самбо включили в программу Олимпийских игр, то львиная доля из 18 комплектов медалей была бы наша», говорит шутливо «Поэтому нас туда и не пускают. Никто не любит сильную Россию. Самбо как вид спорта соответствует олимпийским требованиям. Мы уже начали процедуру включения, но это потребует восьми лет» [6].

Таким образом, самбо имеет неплохие перспективы, причем в странах, где раньше о самбо почти ничего не знали – Великобритании, Корее, Нидерландах и т. д. С нуля создан формат инвалидного самбо. 11 октября 2016 года FIAS подал новую заявку в МОК на признание самбо олимпийским видом спорта, о чем на заседании Совета при президенте РФ по развитию физической культуры и спорта сообщил президент Всероссийской федерации самбо Сергей Елисеев. Помимо этого, Елисеев выступил с предложением приравнять самбо в России по статусу к олимпийским видам спорта, а также разработать долгосрочную стратегию самбо. Месяц спустя, 10 ноября, Владимир Путин утвердил перечень поручений по итогам заседания Совета по развитию физической культуры и спорта, в котором говорится о необходимости разработки и утверждения программы развития самбо до 2024 года.

Таким образом, исходя из вышеизложенного, отмечая развитую популярность не только в России, но и за рубежом данного вида спорта, обращая внимание на перспективу, что данное направление будет способствовать активному развитию олимпийского движения в молодежной среде, хочется сделать вывод о необходимости включения данного вида спорта в разряд олимпийских игр в виду большой популярности у населения, значимости в воспитании молодежи и преемственности многих видов спорта в своей технике борьбы.

Список использованной литературы:

[1] Приказ по Всесоюзному комитету по делам физкультуры и спорта при СНК СССР №633 от 16 ноября 1938 года. URL: http://www.sambo.spb.ru/history/633/633_1938_11_16.htm.

[2] Областная газета. URL: <https://www.oblgazeta.ru/sport/30542/>.

[3] Токио-2020: какие виды спорта включат в Олимпиаду? URL: <https://ok.ru/karatevlicah/topic/63982391555513>.

[4] Журнал Самозащита. URL: <http://www.samoz.ru/article.php?id=887>.

[5] Мельникова Н. Ю., Леонтьева Л. С., Никифорова А. Ю., Кокшарова А. М., Генезис и развитие региональных игр в системе международного спортивного и олимпийского движения. URL: <http://www.elibrary.ru>.

[6] Биография Виталия Мутко. URL: <http://www.uznayvse.ru/znamenitosti/biografiya-vitaliy-mutko.html>.

Громова Наталья Сергеевна

СПЕЦИФИКА ПРОПАГАНДЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СРЕДЕ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Одним из наиболее важных показателей уровня жизни человека является его физическое состояние. Физическая культура, являясь часть общечеловеческой культуры в целом, «активно воздействует на жизненно важные стороны человеческого организма» [1]. Даже при условии высокой экономической успешности, социальной адаптированности и психологическом комфорте личность, испытывающая проблемы со здоровьем, не сможет долго поддерживать интенсивное развитие, через некоторое время она впадет в состояние стагнации, а затем, как это не печально, начнет деградировать. Рациональный подход к организации здорового образа жизни с юности поможет избежать указанных негативных тенденций.

С конца 90-х годов XX века формируется устойчивый интерес к валеологии в науке и к здоровому образу жизни в обществе в целом. Однако сомнительные научные проекты и неудачные индивидуальные эксперименты привели к тому, что интерес к поддержанию и повышению уровня здоровья постепенно угасает. Спорт и физическая культура из необходимых элементов жизни каждого человека переходят в хобби и постепенно становятся «аксессуарами». Спортивные залы из места поддержания физической формы становятся клубом знакомств и просто способом проведения свободного времени. Многие молодые люди начинают заниматься спортом, но со временем теряют интерес к самим занятиям, заводят в спортклубах друзей и приходят туда общаться. Конечно социализирующая функция является важным свойством коллектива спортивных учреждений, но она не должна быть доминирующей. Так, отметим, что интерес к поддержанию собственной физической формы на должном уровне, который резко вырос в конце прошлого века, также резко угас, и теперь требуется дополнительная пропаганда приоритетности здорового образа жизни. При этом мы не предполагаем, что пропаганда связана с какими-то идеологическими манипуляциями или зомбированием населения. В данном случае под пропагандой мы понимаем выбор наиболее действенных способов донесения полезной информации до каждого индивида. Канал передачи, форма сообщения, используемая лексика, субъект воздействия – все имеет принципиальное значение.

Каждая возрастная социальная группа подвержена в большей степени определенным формам пропаганды и необходимо четко понимать специфику лиц, которым мы хотим привить желание заниматься физической культурой и спортом. При воздействии на аудиторию людей среднего возраста со сформировавшимися убеждениями и четкими жизненными целями, можно использовать логические аргументы, рассказывать о последствиях пренебрежения вопросами поддержания должной физической формы. Молодежная же аудитория представляет совершенно противоположную категорию, где аргументация и провокация часто однонаправленны. Лидер группы одним действием может разрушить все положительное влияние месячной пропаганды образовательного учреждения, поскольку его авторитет значительно выше в среде сверстников, а цели педагогов априори являются антагонистическими в силу психологических условностей.

Спецификой молодежной аудитории является и то, что физические показатели большинства молодых людей поддерживают их уверенность в собственных ресурсах здоровья, что провоцирует недоверие к данным официальных источников. Однако постоянные

стрессы, во многом связанные с образовательным процессом и личностными взаимоотношениями в коллективе, нарушение принципов здорового питания, привычка к экономии физических усилий, большое количество различного рода зависимостей, начиная от физических и заканчивая психологическими, – все это создает особый рискованный образ жизни молодого человека, когда здоровье отходит на второй план, а спорту редко остается место. При этом мало кто из молодых людей знает, что «физическая активность снимает стрессовые состояния, повышает работоспособность, снижает уровень агрессивности» [2].

Говоря о современных средствах пропаганды, мы можем выделить два ключевых ее уровня: социальный и личностный. Первый уровень можно охарактеризовать как системную информационно-просветительскую агитационную работу различных социальных институтов, куда стоит включить и государство. Второй – представляет собой спорадическое взаимодействие ценностных ориентаций отдельно взятых людей, обусловленное семейными традициями и индивидуальными социумно зависимыми установками. Таким образом, следует отметить, что выбор положительного или отрицательного отношения к сохранению собственного здоровья закладывается под влиянием официальных (социальный уровень) и неофициальных (личностный уровень) факторов воздействия. При рассмотрении проблемы пропаганды приоритетного отношения к физической культуре и спорту в молодежной среде необходимо отметить ряд специфических особенностей данной возрастной группы. Для молодежи достаточно значимым является нарушение формальных отношений, не следование традиционным нормам, попытки создания собственных ценностных стереотипов, что позволяет им проходить процесс социализации и одновременно затрудняет воздействие, оказываемое со стороны людей старшего поколения. Молодежная культура является достаточно закрытой для «взрослых» и причисляет их к аутгруппам, ценности которых априори негативны. Социальный уровень пропаганды, который чаще всего носит агитационный нравоучительный характер и поддерживается традиционными авторитетами, не достигает нужного эффекта, скорее, наоборот, оказывает негативное, отталкивающее воздействие на молодежь. Попытки морально-этического воспитания любым представителем образовательного учреждения относятся к реализации официального воздействия. Именно поэтому лекции о вреде курения практически не приносят пользы, поскольку подавляющее большинство присутствующих на таком мероприятии воспринимают их как неприкрытую форму пропаганды официальных идей и стараются от нее изолироваться путем шуток, насмешек, поиска повода покинуть аудиторию. Таково же и воздействие различных спортивных и культурных мероприятий: большинству участников интересен процесс, а не цели организаторов, поэтому лозунги, которые сопровождают действие, отходят на второй план. Следовательно, классическая агитация, такая как проведение культмассовых мероприятий или научно-популярных лекций, не может оказать решающего воздействия на молодых людей, хотя является действенной среди социально изолированных юношей и девушек.

Если говорить о возможном положительном воздействии официальной деятельности, то ее лучше направить на реализацию информирующих функций. Некоторые молодые люди вступают в асоциальные сообщества только потому, что не знают других способов проведения свободного времени, и элементарное оповещение о местах нахождения спортивных секций, о календаре муниципальных, региональных, федеральных соревнований и мероприятий может иметь положительные результаты как личного, так и социального характера. Можно утверждать, что неофициальный уровень становится преобладающим и личностное влияние становится более значимым в молодежной среде. Следование моде заставляет молодых людей рисковать собственным здоровьем ради внимания сверстников. Индивидуальные негативные привычки становятся социально одобряемыми и приобретают широкое распространение только потому, что нарушают общепринятые нормы. Так, субъективные факторы негативного воздействия перевешивают объективные факторы положительного.

Первым фактором успешной пропаганды должно стать привлечение сверстников, которые будут рассказывать о собственном опыте, о собственных проблемах и ожиданиях, т. е. о том, что актуально, интересно и понятно выражено. К проведению культмассовых мероприятий спортивного характера следует привлекать не пожилых бывших спортсменов, а молодых, возможно, еще не таких титулованных, но более близких по возрасту и кругу интересов.

Вторым фактором можно назвать использование правильной «упаковки», т. е. способа передачи сообщения [3]. Современная коммуникация предъявляет к тексту особые требования: линейность и однокодность стандартных текстов уже не воспринимает молодыми людьми. Креолизованные тексты, т. е. сложные, «в структурировании которых наряду с вербальными применяются иконические средства, а также средства других семиотических кодов (цвет, шрифт и др.)» [4], преобладают сейчас во всех сферах жизнедеятельности индивида. Сочетание вербальных и невербальных элементов дает необходимый коммуникативный эффект. Каждое изображение, являющееся частью креолизованного текста, «не только транслирует символы, но и формирует эмоционально-мотивационные установки у воспринимающего их лица» [5]. Повышается действенность информации, что важно при ориентированности на множественные, неоднородные по своему составу субъекты, такие как молодежь, включающая представителей различных субкультур.

Третьим фактором следует назвать смещение акцентов: не номинировать цель, а скрыть ее с помощью различных кодов. Отсутствие официальности позволит снять коммуникативный барьер и перевести общение в плоскость полезного для обеих сторон. Переведя монологическое вещание о возможных будущих проблемах в конструктивный диалог о решении существующих проблем, можно заинтересовать молодого человека и не только повлиять на его мышление, но и выяснить причины, сподвигающие личность на пренебрежение занятиями спортом.

Четвертым фактором, самым действенным, должно быть формирование заинтересованности. У большей части молодежи спорт ассоциируется с непосильными нагрузками, травмами и отсутствием перспектив после 30 лет, а занятия физической культурой – с нудными, неинтересными, опасными видами деятельности, которые могут продемонстрировать окружающим несовершенство индивида. В результате формируется отсутствие интереса и боязнь оказаться хуже других, что обеспечивает устойчивое неприятие занятий спортом. С целью пропаганды спорта и физической культуры нужно выбирать интересные формы активности, предлагать оригинальные методики. Многие современные молодые люди и девушки увлекаются квестами, но спортивные их варианты практически отсутствуют: они существуют только внутри молодежной субкультуры и могут угрожать здоровью. При условии разработки квестовых заданий профессиональными спортсменами-тренерами угрозы здоровью можно было бы избежать, а интерес со стороны молодежи повысить.

Таким образом, пропаганда спорта и физической культуры в среде учащейся молодежи должна осуществляться не путем применения устаревших недейственных лекционно-монологических форм. Пропаганда должна иметь диалогический характер и учитывать потребности молодежи и особенности молодежной субкультуры. Только личная заинтересованность агитаторов, их приверженность принципам здорового образа жизни, внешние признаки хорошей физической формы смогут вызвать доверие со стороны молодых людей и вовлечь их в занятия спортом, но привить устойчивый интерес можно только при условии демонстрации разнообразия способов поддержания спортивного тонуса, когда каждый сможет найти занятие по своим возможностям и способностям.

Список использованной литературы:

- [1] Лукьянов С. И. Роль физической культуры в жизни студентов / С. И. Лукьянов // Фундаментальные исследования. 2006. №11. С. 92—93.
- [2] Эрдонов О. Л. Физическая культура и спорт в системе высшего образования / О. Л. Эрдонов // Молодой ученый. 2015. №2. С. 113—117.
- [3] Чейф У. Л. Данность, контрастивность, определенность, подлежащее, топики и точка зрения / У. Л. Чейф // Новое в зарубежной лингвистике. М., 1983. Вып. 11. С. 277—316.
- [4] Анисимова Е. Е. Лингвистика текста и межкультурная коммуникация (на материале креолизованных текстов): учеб. Пособие / Е. Е. Анисимова. М.: Издательский центр «Академия», 2003.
- [5] Анисимова Е. Е. Лингвистика текста и межкультурная коммуникация (на материале креолизованных текстов): учеб. Пособие / Е. Е. Анисимова. М.: Издательский центр «Академия», 2003.

Дружинин Андрей Валерьевич

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД РОССИИ КАК НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ЧАСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Самостоятельная работа курсантов является одним из важнейших составных элементов процесса обучения в вузе. Самостоятельная работа курсантов является индивидуальной работой, проводимой вне аудиторных часов лекционных, семинарских и практических занятий.

Цель и задачи выполняемой работы определяются кафедрой и преподавателем в рамках учебной дисциплины «Физическая подготовка».

Формы оптимального осуществления самостоятельной работы определяются курсантом совместно с преподавателем. Эффективность самостоятельной работы зависит от личных усилий курсанта, преподаватель лишь организует и направляет деятельность обучаемых. Поэтому цель самостоятельной работы курсантов при подготовке к практическим занятиям по разделу «Боевые приемы борьбы» – совершенствование полученных на учебных занятиях умений и навыков правомерного применения физической силы, боевых приемов борьбы и специальных средств.

При оптимальной организации самостоятельная подготовка играет решающую роль для развития самостоятельности как одной из ведущих черт личности специалиста и выступает одной из форм физической подготовки будущего специалиста.

Необходимыми компонентами успешной самостоятельной работы курсантов под руководством преподавателя является мотивация – установка и настрой на плодотворную активную индивидуальную работу, осознание курсантом важности и полезности такой работы для формирования профессиональных компетенций.

Преподавателями предлагается разработанный учебно-методический комплекс, использование которого создает предпосылки для реализации того или иного направления самостоятельной работы курсантов по дисциплине «Физическая подготовка» с учетом специфики этого предмета.

Методика совершенствования навыков применения боевых приемов борьбы в процессе самостоятельной подготовки курсантов включает в себя несколько этапов.

1 этап. На учебных занятиях происходит первоначальное разучивание двигательного действия, формируется первичное представление о технике выполнения приема. На этом этапе рекомендуется непосредственно после окончания учебного занятия сделать записи в рабочие тетради по физической подготовке. Записи должны содержать название приема (в соответствии с существующей терминологией), описание приема – основного звена и деталей техники, а также, при необходимости, изображение в виде схемы или упрощенного рисунка.

2 этап. На этом этапе следует просмотреть видеосюжет с «образцовым» выполнением приема. Видеосюжеты размещаются в электронной информационно-образовательной среде вуза. Необходимый видеосюжет находится либо по названию приема, либо по номеру сюжета, который преподаватель дает в качестве задания для самостоятельной подготовки. Видеосюжеты, помимо зрительной информации, содержат пояснения по технике выполнения приемов.

3 этап – этап идеомоторной тренировки. Идеомоторная тренировка – это мысленное воспроизведение движений (от греческого слова *idea* – «образ» и латинского *motor* – «приводящий в движение»). Данная техника состоит в последовательном напряжении и расслаблении мышц тела, но упражнения выполняются не реально, а мысленно. Метод основан на экспериментально установленных фактах сходства состояния мышечной ткани при реальном и воображаемом движении. Потенциал электрической активности мышцы при мысленном воспроизведении движения такой же, как потенциал этой же мышцы при выполнении реального движения. К тому же экспериментально доказано, что при воображаемом движении возникает внутренняя обратная связь, несущая информацию о результатах действия.

Структура идеомоторной тренировки включает в себя несколько фаз:

- фаза настройки на тренировку;
- фаза наблюдения – просмотр двигательного цикла с особым акцентированием на основных моментах с помощью видеозаписи;
- непосредственно сама идеомоторная фаза – 5-7-кратное повторение внутреннего представления в соответствии с существующим образом действия;
- имитационная фаза – элементы идеомоторного упражнения реально выполняются во временной последовательности в общих чертах («намак» на движение) или как бы повторяя воображаемое;

При проведении идеомоторной тренировки следуют соблюдать ряд правил:

1. Чем точнее мысленный образ движения, тем точнее выполняемое движение.
2. Идеомоторным называется лишь такое представление, при котором мысленный образ движения связан с мышечно-двигательными ощущениями.
3. Эффект воздействия мысленных представлений заметно возрастает, когда они облекаются в точные словесные формулировки. Для этого используются ключевые слова, содержащиеся в пояснениях по выполнению приемов в идеосюжетах.
4. При разучивании нового движения надо представлять его исполнение в замедленном темпе.
5. При овладении новым движением следует представлять его в той позе, которая близка к реальному выполнению этого движения.
6. Во время идеомоторного представления движения должно быть ощущение «включенности» мышц.
7. Перед выполнением упражнения не следует думать о конечном результате.
8. В первую очередь воспроизводятся пространственные параметры движения, а затем временные (ритм).

4 этап – этап практической тренировки. Упражнение, ранее выполняемое идеомоторным методом, выполняется практически. На этом этапе необходимо использовать технические средства, позволяющие вести видеосъемку (смартфоны, планшетные компьютеры и др.) с возможностью оперативного просмотра снятых сюжетов.

Проведение самостоятельного анализа техники выполняемых приемов в соответствии с их структурой на этом этапе является обязательным условием. Необходимо использовать замедленное воспроизведение снятого материала для того, чтобы точнее воспринимать информацию. При необходимости делается несколько дублей. Структура боевого приема борьбы складывается из пяти операций: навязывание хвата и подготовка к выведению из равновесия и (или) нанесению расслабляющего удара; выведение из равновесия и (или) нанесение расслабляющего удара; реализация его технической основы; подготовка (переход) к действиям физического контроля, сковывания, сопровождения; сковывание (удержание), сопровождение под воздействием болевого приема. Соответственно каждая операция анализируется и проводится работа над ошибками.

5 этап — анализ техники выполнения боевых приемов борьбы совместно с преподавателем. На этом этапе в ходе проведения консультации с преподавателями кафедры физической подготовки на основании видеозаписей подробно разбирается структура боевых приемов борьбы, основное звено и детали двигательных действий, даются рекомендации по совершенствованию выполнения приемов и задания на самостоятельную подготовку.

Задания на самостоятельную подготовку заносятся в рабочую тетрадь по физической подготовке.

Список использованной литературы:

1. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании (пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры) / Б. А. Ашмарин. — М., 1978. — 223 с.

2. Забельский С. Ю. Система биоэкономичного психомоторного здравоукрепления. Инновации в подготовке специалистов по физической культуре и спорту / С. Ю. Забельский. — Ставрополь, 2005. — 24 с.

3. Лобзин В. С., Решетников М. М. Аутогенная тренировка: (Справочное пособие для врачей) / В. С. Лобзин, М. М. Решетников. — Л., 1986. — 280 с.

Евтеев Илья Алексеевич

ПСИХОКОММУНИКАТИВНЫЙ НЕЙТРАЛИТЕТ КАК ЛИЧНАЯ ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ СТРАТЕГИЯ

Во все времена, и в наше время также, имеет большую актуальность в контексте психологии общения и межличностного взаимодействия позиция человека в его социальном окружении, в сложной цепи его коммуникативных связей в официально-деловом взаимодействии, в индивидуально-личных контактах и в обыденном общении. Учитывая эмоционально-аффективный характер этого взаимодействия и общения, а также важность типа реакций человека на сторонние факторы общения, особенно интересной и полезной выступает поведенческая стратегия психокоммуникативного нейтралитета.

Всем известно, что широта набора социальных статусов и ролей, особая сложность и системность иерархизированного делового общения и взаимодействия порождают множество корпоративных конфликтов и противоречивых ситуаций, принимающих подчас довольно напряженный психоэмоциональный характер. Да и в обыденном, неформальном общении всеобщий индивидуализм и поляризация гражданских групп и подгрупп, а также слабость моральных норм обуславливают возникновение проблемных ситуаций в межличностном общении и взаимодействии. Экстраполяция всеобщего биологического закона видовой борьбы и выживания сильнейшего на общественные отношения, а также философский постулат борьбы противоположностей диктуют в подобных ситуациях у многих стремление к обязательному доминированию и преобладанию над оппонентом, конкурентом, противником. Это может выражаться и в желании превентивно, упреждающе навязать свою волю и свои установки предполагаемым инакомыслящим оппонентам, и самому развязать агрессивно-подавляющие действия против других, поступая по принципу: «Лучшая защита – нападение». Но есть и другая, альтернативная поведенческая позиция – позиция целенаправленного стратегического нейтралитета, невмешательства в конфликтные ситуации либо ни на одной из фаз их протекания, либо же вступления в данную ситуацию в наиболее решающий момент, парирования агрессивных импульсов извне разумным внешним непотворством при внутренней психоэмоциональной устойчивости.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.