МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ

ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

"ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА"

СБОРНИК

материалов VI международной заочной

научно-практической конференции

"СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТА,

ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ

КУЛЬТУРЫ"

25 марта 2021 года

Материалы VI международной очно-заочной научно-практической конференции

«СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТА, ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» «СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТА, ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

ББК Ч480.054я431

УДК 796/799:37.09(043.2)

С 497

Современные проблемы спорта, физического воспитания и адаптивной физической культуры: материалы VI межд.науч.-практ.конф. (г. Донецк, 25 марта, 2021 г.) / под ред. Ю.А. Доценко; ИФКС. –

Донецк, 2021. - 497 с.

В сборник материалов конференции вошли статьи, посвященные актуальным проблемам спорта высших достижений, массового и инвалидного спорта; теории и практики профессиональной подготовки специалистов в области спорта, физического воспитания и адаптивной физической культуры; современным технологиям оздоровительной физической

культуры и рекреации; проблемам сохранения и формирования здоровья молодежи, а также медико-биологическим аспектам адаптивной физической культуры.

Рекомендация от Ученого Совета института физической культуры и спорта к изданию (протокол № 9, от 25.03.2021 г.)

Издается решением редакционно-издательского совета ГОУ ВПО “ДонНУ”

(протокол № 3, от 22.04.2021 г.)

Редакционная коллегия:

Сидорова В.В. к.физ.восп., доцент, МСМК, и.о. директора института физической культуры и спорта ГОУ ВПО ДонНУ;

Зенченков И.П. к.пед.н., доцент, заместитель директора института физической культуры и спорта ГОУ ВПО ДонНУ;

Люгайло С.С. д.наук по физ.восп и спорту

Доценко Ю.А. к.физ.восп., заместитель директора института физической культуры и спорта ГОУ ВПО ДонНУ по научной работе;

Дубревский Ю.М. к.пед.н., доцент, заведующий кафедрой циклических видов спорта;

Ороховский В.И. д.мед.н., профессор, профессор кафедры адаптивной физической культуры;

Батищева М.Р. к.пед.н., доцент, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры;

Москалец Т.В. к.б.н., доцент, заведующий кафедрой спортивных игр;

Гришун Ю.А. к.мед.н., доцент, заведующий кафедрой Адаптивной физической культуры;

Ершов С.И. и.о. заведующего кафедрой спортивных единоборств, МСМК, заместитель президента федерации Косики каратэ Донецкой Народной Республики;

 Бешевли Александр Павлович

 Войтова Валентина Анатольевна

Ерошкин Виталий Александрович

Психолого - педагогические принципы формирования личности студентов в спорте

*Донецкий национальный технический университет*

**Аннотация: « Психолого-педагогические принципы формирования личности студентов в спорте»; Бешевли Александр Павловичв, Войтова Валентина Анатольевна, Ерошкин Виталий Александрович**; в статье рассматривается воспитание физических качеств у студентов, а также влияние этих факторов на дальнейшую жизнедеятельность

**Annotatsiya: « Psikhologo-pedagogicheskiye printsipy formirovaniya lichnosti studentov v sporte»; Beshevli Aleksandr Pavlovichv, Voytova Valentina Anatol'yevna, Yeroshkin Vitaliy Aleksandrovich**; v stat'ye rassmatrivayetsya vospitaniye fizicheskikh kachestv u studentov, a takzhe vliyaniye etikh faktorov na dal'neyshuyu zhiznedeyatel'nost'

**Ключевые сова**: студенты, физическое воспитание, спорт,здоровье.

**Klyuchevyye sova**: studenty, fizicheskoye vospitaniye, sport,zdorov'ye

**Введение** - Физическая культура и  спорт все больше входят  в  повседневную жизнедеятельность всех слоев населения. Появляется насущная необходимость проведения специальных  научных исследований с целью  изучения эффективности влияния  физкультурно–спортивной деятельности на процесс формирования физкультурных потребностей, мотивационно–ценностных ориентаций, как отдельной личности, так и различных социальных групп, среди которых наибольший интерес для нас представляет  молодежь.

Идеалом человечества всегда была всесторонне развитая личность, т. е. человек, в котором гармонически сочетается духовное богатство, интеллектуальное и физическое совершенство.

Физическая культура и спорт все больше входит в повседневную жизнедеятельность всех слоев населения. Идеалом человечества всегда была всесторонне развитая личность, т. е. человек, в котором гармонически сочетается духовное богатство, интеллектуальное и физическое совершенство. Какие бы задачи не стояли перед студентом, все они в значительной мере определяются характером человеческих отношений, умением разделять общие ценности, нормы поведения, идти на компромиссы в решении конфликтных

ситуаций. В личностном аспекте она представляет собой ту часть общей культуры занимающегося, которая является внутренней мерой степени развития физических сил и двигательных навыков, а также уровня жизнедеятельности, жизнеспособности человека и состояния его здоровья. Она позволяет с помощью своих средств и методов раскрывать потенциальные возможности занимающихся. Личность – одна из основных категорий психологической науки

Физическая культура, решая свои задачи, одновременно в той или иной степени оказывает активное воздействие на все стороны воспитания личности, и, прежде всего, на нравственные. Укрепление здоровья, развитие своих способностей, потребность в занятиях физическими упражнениями – это нравственный долг каждого человека. Физическая культура личности связана с желанием, потребностью и умением человека сохранять и совершенствовать свое «я».

Другое необходимое условие формирования физической культуры личности – это стремление к овладению системой определенных умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие способностей.

Задачи физической культуры и спорта представляют целенаправленный педагогический процесс и выступают одним из факторов социокультурного бытия, обеспечивающим психологический и биологический потенциал жизнедеятельности обучаемых. Физическое состояние студентов зависит от многих факторов, среди которых важное место принадлежит здоровому образу жизни. Основными компонентами являются повседневная учеба, систематические занятия физическими упражнениями и правильная организация отдыха. Психолого–педагогические принципы формирования личности в спорте, задачи психологического сопровождения спорта, которые предъявляет спортивная деятельность, определяются социальной и личностной значимостью для участвующих в данном процессе.

Основополагающим принципом физического воспитания является единство мировоззренческого, интеллектуального и телесного компонентов в формировании физической культуры личности, обуславливающее образовательную, методическую и деятельностно–практическую направленность воспитательного процесса.

Психофизическое развитие личности осуществляется не только посредством приобретения социально–практического опыта, но и через формирование ее мировоззрения и усвоение системы знаний.Принцип деятельностного подхода к обучению физкультурно–спортивной практики характеризуется реализацией ценностей физической культуры, включением студентов в процесс физического самообразования и самосовершенствования. Этот принцип определяетспецифические условия, вызывающие активность субъекта и далее через нее способствует его развитию. Реализация этого принципа воспитания предусматривает решение задач активного обучения, проявления инициативы занимающихся, их творческого мышления и соответствующего уровня интеллектуальных способностей в организации собственной физической активности. В основе данного принципа заложена идея непрерывного физкультурного образования человека, суть которого состоит в том, чтобы научить его заботиться о здоровье, используя методы самообразования, в течение всей жизни.

Принцип поливариантности и многообразия физкультурного воспитания, основан на индивидуализации и дифференциации, которые создают условия для проявления способностей студентов в избранных ими формах физкультурно–спортивной деятельности, организуемой с учетом состояния здоровья занимающихся, их ценностными ориентациями и физкультурными интересами.

Принцип оптимизации физкультурного воспитания определяет необходимость разумной достаточности физических нагрузок в организации педагогических воздействий, строго сбалансированных с индивидуальными способностями, мотивацией и уровнем спортивных притязаний занимающихся. Он предусматривает требование соблюдения этико–гуманистических положений при определении индивидуальных физических нагрузок, возможности использования спортивных или оздоровительных методик в соответствии с целями, поставленными самим занимающимся, с учетом потребностей и мотивов, приведших его к занятиям физическими упражнениями.

Физическая культура и спорт являются не только эффективным средством физического развития человека, укрепления и охраны его здоровья, сферой общения и проявления социальной активности людей, разумной формой организации и проведения их досуга, но определенно влияют и на другие стороны человеческой жизни: авторитет и положение в обществе, трудовую деятельность, на структуру нравственно–интеллектуальных характеристик, эстетических идеалов и ценностных ориентаций. Причём это касается не только самих спортсменов, но и тренеров, судей, зрителей.

Физкультура и спорт предоставляют каждому члену общества широчайшие возможности для развития, утверждения и выражения собственного **«я»,** В время тренировок студенты учатся управлять своими действиями на основе зрительных, осязательных, мышечно–двигательных и вестибулярных ощущений и восприятий, у них развивается двигательная память, мышление, воля и способность к саморегуляции психического состояния. При самоконтроле и саморегуляции двигательных действий принимают участие практически все интеллектуальные процессы. Это связано с тем, что физические упражнения ставят перед занимающимся много разнообразных проблем (планирование, контроль, выбор стратегии), и, следовательно, побуждает студентов приобретать опыт их решения**.** Так же можно говорить о влиянии более важного и сложного характера, базирующегося на взаимосвязях психомоторного и интеллектуального развития, когда целенаправленные воздействия на двигательную активностьзанимающегося вызывают соотносительные (корреляционные) изменения в его интеллектуальной сфере. Есть разные мнения относительно влияния на занимающихся физическими нагрузками и эмоциональные стрессы. С одной стороны, подчеркивается их позитивная роль как средства подготовки к трудностям. В подтверждение приводятся сведения о том, что регулярно тренирующиеся люди имеют более высокий уровень социальной адаптации и устойчивости к стрессам, чем не тренирующиеся. С другой стороны, приводятся данные о том, что часть занимающихся сознательно избегают регулярных физических нагрузок, считая их неприятными.

В процессе физического воспитания студенты учится регулировать свои действия на основе зрительных, осязательных, мышечно–вестибулярных ощущений и восприятий, у них развивается двигательная память, мышление, воля, способность к саморегуляции.

Занятия физической культурой и спортом способствуют улучшению умственной работоспособности в результате положительного влияния чередования характера деятельности, смены умственной и физической работы, а также применения физических нагрузок, которые, даже непродолжительные, ока­зывают позитивное влияние на протекание психических процессов. Ограничение двигательной активности, наоборот, ведет к снижению умственной работоспособности. В процессе учебно–тренировочных занятий наиболее радикальное средство формирования волевых черт характера – нагрузка. Упражнение следует рассматривать не только как метод, направленный на совершенствование в технике и тактике, обеспечение физической подготовленности, но и как средство развития воли. В ходе учебно–тренировочных занятиях возникают некоторые трудности, которые способствуют развитию волевых черт характера. Это необходимость овладевать сложной техникой спортивных упражнений, проявлять волевые усилия, преодолевать усталость, сохранять самообладание и работоспособность в неблагоприятных условиях внешней среды, регулировать эмоциональное состояние, сохранять и соблюдать установленный режим дня. Все эти трудности, проявляются во время спортивных соревнований, которые и служат одним из основных средств формирования волевых качеств у спортсменов. Волевые качества на учебно–тренировочных занятиях, как и во всех других случаях жизни, выступают в виде взаимно противоположных положительных и отрицательных проявлений: смелости и боязливости, уверенности и сомнения, выдержки и торопливости. При чем необходимо принимать во внимание другие, тесно связанные с волевыми, качества личности: увлеченность и стремление к поставленной цели: непосредственной, близкой или далекой. Занятия спортом способствуют формированию положительных эмоций.

. В ходе учебно–тренировочного процесса этот эффект достигается вследствие осознания прогресса в освоении техники спортивных упражнений, в развитии двигательных и психических качеств, победы на соревнованиях.

Одно из них – сочетание занятий спортом с другими видами деятельности, имеющими воспитательную направленность и осуществляемыми в семье, школе средствами искусства, печати, телевидения. Так же постоянный контроль за определенными морально–этическими основами поведения:

- характерные, для людей, живущих в определенных социально–экономических условиях:

- мотивы, которыми руководствуется молодой человек в занятиях спортом;

- этические основы поведения спортсмена:

Морально–этическое положение, которым руководствуются занимающиеся, имеет прямую связь с общественнойситуацией, в которой юный спортсмен живет, трудится, учится и интеллектуальной атмосферой в ней. Воспитательная работа как важнейшая функция педагога приобретает особое значение в учебно–тренировочном процессе. В первую очередь это обусловлено тем, что известные спортсмены часто являются идеалом для подражания. Поэтому личностные качества тренера, его идейная убежденность, честность и дисциплинированность будут играть важную роль в формировании личности. Большое влияние на процесс формирования личности оказывает коллектив, в котором тренируется молодой спортсмен. Совместные учебно-тренировочные занятия дают благоприятную возможность и для интеллектуального взаимообогащения. Таким образом, главная задача занятий физической культурой и спортом это формирование личности. Которая достигается путем проникновения воспитательных мер во все аспекты деятельности. Одним из основных условий успеха в учебно–тренировочных занятиях и, особенно в спортивных соревнованиях, является развитие интеллектуального, волевого и эмоционального уровня занимающихся. Следовательно, решая задачи физического воспитания, преподавателю надо направляь свою деятельность на такие важные компоненты, как формирование ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности, формирование потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. При этом важно научить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. Создание специальных условий, ситуаций и обстоятельств, которые вынуждают студента поменять собственное отношение, выразить свою позицию, осуществить поступок, проявить характер.

Форма как часть процесса воспитания зависит от целей, содержания, методов и одновременно обусловливает их осуществление, воплощение в конкретном деле. Поэтому формы воспитания зависят от конкретных педагогических ситуаций, поэтому они так разнообразны, носят определенный характер и индивидуально неповторимы. Имеются разные типы форм воспитательной работы по количеству участников: • индивидуальные – беседы, занятия преподавателя с одним студентом; • групповые – несколько занимающихся находятся в непосредственном контакте; • массовые – несколько групп, факультеты, университеты, проводят праздники, конференции, спортивные старты, К методам физкультуры и спорта относят: методы строго регламентированного упражнения, использование упражнений в игровой форме, соревновательный метод. В педагогике спорта, в основном, применяются как индивидуальные, так и групповые , массовую формы, и методы стимулирования поведения.

Таким образом, физическая культура представляет собой часть общей культуры человека, которая является внутренней мерой степени развития физических сил и двигательных навыков, а также уровня жизнедеятельности и жизнеспособности человека и состояния его здоровья. Физическая культура и спорт являются важным условием, а физическое воспитание – важным средством разностороннего развития личности. Занятия физической культурой и спортом воздействуют положительному изменению свойств личности, служат препятствием на пути возникновения вредных привычек. Благодаря физическим нагрузкам у занимающихся развивается двигательная память, мышление, воля и способность к саморегуляции психических состояний. Одним из основных условий успеха в учебно–тренировочных занятиях а, особенно в спортивных соревнованиях, является развитие интеллектуального, волевого и эмоционального уровня занимающихся**.**

**Список Литературы**

1.  Гогунов Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспи­тания и спорта: Учеб. пос. - М.: ИЦ «Академия», 2000. .

2.  ГорбуновГ.Д. Психопедагогика спорта. - М.: ФиС, 1986..

3.  Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно- методической деятельности в физической культуре и спорте.-М.:Академия,2002

4.  Кайнова Э.Б. Общая педагогика физической культуры и спорта.-М.:ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2007

5.  Климов Б.А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимо­сти от типологических свойств нервной системы. - Казань: КГУ, 1969.

6.  Кретти БД. Психология в современном спорте. - М.: ФиС, 1998.

7.  Матвеев А.П., Мельников С.Б. Методика физического воспитания с основами теории.-М.:Просвещение,1991.

8.  Матвеев А.П. Теория и методика физической культуры.- М.: Физкультура и спорт,1991

СОДЕРЖАНИЕ

Секция 2. Педагогические и психологические аспекты подготовки

учащихся и студентов, занимающихся физической культурой и спортом

**Акопов Эрнест Арсенович**

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИКУМА…………83

**Безуглая Лариса Ивановна**

РАЗВИТИЕ СИЛЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ФИЛОЛОГОВ …………………………………………………………………..88

**Бешевли Александр Павлович, Войтова Валентина Анатольевна,**

**Ерошкин Виталий Александрович**

ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ В СПОРТЕ…………………………………………………………………………93

**Васильковская Юлия Алексеевна, Томилин Константин Георгиевич**

**Малыгина Людмила Валентиновна, Тумасян Юлия Александровна**

**Максименко Виктория Георгиевна**

КОМПЛЕКС «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»: ПРИЕМЫ,ОВЫШАЮЩИЕ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ………………………………..........99

**Гордиевская Татьяна Васильевна**

ОБ ОСОБЕННОСТЯХ ТИПОВ ТЕМПЕРАМЕНТА У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ ЦИКЛИЧЕСКИХ И АЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА………………………………….104

**Дятлова Елена Игоревна, Доценко Юрий Алексеевич**

**Москалец Татьяна Валентиновна**

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПОВЫШЕНИЮ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ 7-10 ЛЕТ………………………………….........................................................110

**Ерашов Виталий Викторович**

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ КАК ОСНОВА ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ И НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ……………………………………..…………………………………………………….115

**Зенченков Илья Петрович**

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ…………..……………………. 120

**Зубко Ирина Васильевна**

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАСТРОЙ И ПОВЕДЕНИЕ СКАЛОЛАЗА В

ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОДЫ ПОДГОТОВКИ...126

**Изгарева Татьяна Александровна**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛЕ. МОТИВАЦИЯ ШКОЛЬНИКОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ…………………………………………………………………..131

**Ковальчук Полина Степановна**

МОТИВАЦИЯ КАК ОСНОВНОЙ ФАКТОР НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У СТУДЕНТОК БИОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА ГГУ ИМ. Ф. СКОРИНЫ………………………………………………………………………………………..135

**Крайнюк Ольга Поликарповна**

КОМПОНЕНТЫ ЗОЖ ШКОЛЬНИКА ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ В СЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ…………………………….................................................139

Научное издание

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТА, ФИЗИЧЕСКОГО

ВОСПИТАНИЯ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

МАТЕРИАЛЫ VI

МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

**25 марта 2021 года**

Под редакцией Ю.А. Доценко

Государственное образовательное учреждение

высшего профессионального образования

«Донецкий национальный университет»

Институт физической культуры и спор