

**МИНИСТЕРСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ДЕЛАМ
ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ
И ЛИКВИДАЦИИ ПОСЛЕДСТВИЙ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ**

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ГПС МЧС РОССИИ

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Под общей редакцией
доктора педагогических наук, профессора Аганова С.С.

Статьи Межвузовской научно-практической конференции

•

Санкт-Петербург 3 марта 2021 г.

Санкт-Петербург
2021

УДК 796:001.91
ББК 75.7

Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта. Статьи Межвузовской научно-практической конференции / под общ. ред. С.С. Аганова. – СПб.: С.-Петерб. ун-т ГПС МЧС России, 2021. – 308 с.

В сборник включены статьи Межвузовской научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта». Представленный материал отражает актуальные вопросы физической культуры, физической подготовки и спорта, пути развития и перспективы совершенствования спорта в силовых структурах Российской Федерации. Особое внимание в сборнике уделено развитию студенческого спорта в целях укрепления здоровья студентов вузов, а также формированию у них установки на ведение здорового образа жизни, так как, по мнению авторов статей, именно это является важнейшей задачей государства.

Сборник предназначен для научных работников, специалистов в сфере физической культуры, физической подготовки и спорта, руководителей образовательных, спортивных и медицинских учреждений, тренеров, профессорско-преподавательского состава кафедр физической культуры, физической подготовки вузов, адъюнктов, аспирантов, слушателей, курсантов и студентов.

Все статьи проходят двойное слепое рецензирование специалистами по тематике научных публикаций.

Редакция и авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов в издаваемых материалах.

•
•

© СПб университет ГПС МЧС, 2021
© Коллектив авторов, 2021

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Демчук Т.С., Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина,
Республика Беларусь

Аннотация. Использование здоровьесозидающих технологий со студентами обусловлено свойственной человеку рефлексией сознания, переосмыслением своего, а затем чужого жизненного опыта. Основной целью является формирование индивидуальной здоровьесозидающей траектории.

Ключевые слова: студенты, технологии, укрепление здоровья.

MODERN TECHNOLOGIES AIMED AT STRENGTHENING YOUTH HEALTH

Demchuk T.S., Brest State university named after A.S. Pushkin, Republic of Belarus

Annotation. Use of health-creating technologies with students is conditioned by the reflection of consciousness inherent in a person, a rethinking of one's own and then someone else's life experience. The main goal is to form an individual health-creating trajectory.

Keywords: students, technology, health promotion.

Введение. В последние годы намечается новый подход к осмыслению сущности физического воспитания, отдается предпочтение тем механизмам и детерминантам, обуславливающим его влияние на развитие ума, нравственности и духовности. Все чаще говорится о физической культуре как о свойстве личности, направленной на идею «здоровьесозидания» (В.К. Бальсевич, Б.И. Новиков, В.И. Столяров и др.).

В соответствии с современной концепцией здоровьесозидания предполагается переход от сберегательной позиции к активному, своевременному созиданию личностью своего здоровья.

В практической реализации данной установки приоритетное значение принадлежит формированию физической культуры личности, вовлечение студенческой молодежи в сферу оздоровительной и спортивной жизни. Основными средствами достижения поставленных задач, направленных на укрепление здоровья студентов будет широкое внедрение в учебный процесс оздоровительных физкультурно-спортивных технологий [1–3].

При определении понятия «здоровьесозидающие технологии» мы опирались на широко употребляемое в педагогике понятие «технология». В образовательной практике, согласно Г.К. Селевко, педагогическая технология употребляется на трех иерархических уровнях:

1) на общепедагогическом (общедидактическом) уровне как общепедагогическая (общедидактическая, общевоспитательная) технология, характеризующая целостный образовательный процесс;

2) на частнометодическом (предметном) уровне как частнопредметная педагогическая технология, сходная по значению «частной методике»;

3) на локальном (модульном) уровне как локальная технология, представляющая собой технологию отдельных частей образовательного процесса, направленного на решение частных дидактических и воспитательных задач.

Основные положения. Исходя из этого, здоровьесозидающие технологии мы относим к педагогическим технологиям локального уровня и определяем их как технологии, целенаправленно обеспечивающие формирование у субъектов образовательного процесса умений конструирования собственного здоровья и способствующие тем самым приращению потенциала здоровья. Применительно к здоровьесозиданию студентов данную технологию можно определить как совокупность методов, приемов, форм организации обучения и воспитания, обеспечивающих сохранение и наращивание потенциала здоровья учащихся, обучения их управлению собственным здоровьем.

Нами выделены две основные группы здоровьесозидающих технологий, применение которых целесообразно в условиях современного образовательного процесса:

– оздоровительные технологии на учебных занятиях и во внеаудиторное время, направленные на развитие ресурсов здоровья и одновременно обеспечивающие решение дидактических и воспитательных задач;

– образовательные здоровьесозидающие технологии, направленные на решение дидактических и воспитательных задач и обеспечивающие при этом сохранение и укрепление здоровья учащихся [4, 5].

Представим общие черты образовательных здоровьесозидающих технологий. Предполагают активное участие самого обучающегося в освоении представленных технологий, в развитии опыта здоровьесозидания, что приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности студента, саморегуляции и становления его самосознания, а также активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей. Обязательным компонентом при реализации образовательной здоровьесозидающей технологии является ее рефлексивный анализ. Доказано, что любая технология при наличии рефлексивного анализа дает более качественный и незамедлительный результат, который, в свою очередь, подталкивает субъекта на развитие потенциала своего здоровья и саморегуляцию.

К образовательным здоровьесозидающим технологиям относятся такие технологии, как технология развивающейся кооперации, технология работы с бинамами, ряд дидактических технологий, которые условно можно назвать технологиями обучающегося взаимодействия субъекта и объекта. Данные технологии способствуют организации здоровьесозидающей образовательной среды, созданию атмосферы эмоционального комфорта. Они направлены

на решение дидактических и воспитательных задач, обеспечивающих вместе с тем сохранение и укрепление здоровья учащихся [6, 7].

Образовательные здоровьесозидающие технологии соответствуют таким основным требованиям, как:

а) простота (легкость овладения технологией любым субъектом с минимальными затратами времени и сил);

б) доступность (возможность овладения технологией людьми самых разных возрастов);

в) безопасность (обеспечивается добровольным и сознательным участием каждого субъекта в реализации здоровьесозидающих технологий, благодаря чему предупреждается любое насилие над личностью и вмешательство в психику человека помимо его воли и без его согласия);

д) экспертируемость (возможность каждого субъекта образовательного процесса самостоятельно измерить оздоровительный и образовательный результат).

Анализ опыта многих исследователей (Т.Ф. Орехова, А.Г. Маджуга и др.) показал, что такие педагогические технологии, как работа с бином-фразами и технология развивающейся кооперации, разработанные Т.Ф. Акбашевой, получили широкое применение в образовательном процессе не только школы, но и высшей школы с целью сохранения и укрепления здоровья.

Заключение. Использование здоровьесозидающих технологий со студентами обусловлено свойственной человеку рефлексией сознания, переосмыслением своего, а затем чужого жизненного опыта. Основной целью является формирование индивидуальной здоровьесозидающей траектории. И как результат:

развитие осознанной личной потребности в физической культуре, в частности здоровом образе жизни в целом как важнейшем средстве самосовершенствования при реализации жизненных и профессиональных планов;

наличие знаний, обеспечивающих грамотное использование средств физической культуры и естественных оздоровительных средств в учебной, трудовой деятельности, досуге, будущей семейной жизни;

наличие практических навыков по оказанию первой медицинской помощи при травмах;

овладение умениями саморегуляции;

осознанное использование теоретических знаний в самостоятельных занятиях физическими упражнениями с целью формирования жизненно важных физических и психических качеств и др.

Литература:

1. Орехова, Т.Ф. Теоретические основы формирования здорового образа жизни субъектов педагогического процесса в системе повышения общего образования: автореф. дис ... д-ра пед. наук: 13.00.01 / Т.Ф. Орехова; Магнитогорский гос. ун-т. – Магнитогорск, 2005. – 45 с.

2. Селевко, Г.К. Современные образовательные технологии / Г.К. Селевко. – М.: Народное образование, 1998. – 256 с.

3. Гилев В.П. [и др.]. Ускоренное передвижение и легкая атлетика: учеб. / под. общ. ред. И.П. Холодова. СПб., 2005.

4. Зюкин А.В., Дитятин А.Н. Сила как физическое качество человека // Актуальные вопросы современной гимнастики: сб. науч. трудов. СПб., 2011. С. 227–230.

5. Аганов С.С. [и др.]. Тактико-техническое обучение курсантов МЧС на основе физической подготовки: в 2-х т. СПб., 2021.

6. Аганов С.С., Мотовичев К.В., Зюкин А.В. Врачебно-педагогический контроль как часть физической подготовки пожарных-спасателей // Психолого-педагогические основы безопасности человека и общества. 2021. № 1 (50). С. 46–50.

7. Аганов С.С., Зюкин А.В. Влияние алкоголя на спортивные результаты и восстановление спортсменов // Психолого-педагогические основы безопасности человека и общества. 2021. № 1 (50). С. 50–54.

СПОРТ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ВЫСШИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ

Домрачёва Е.Ю., Ефимова Е.А., Белгородский государственный университет.
Янченков Ю.А., Санкт-Петербургский университет ФСИН России

Аннотация: особое место в воспитании сотрудников органов внутренних дел занимает физическая подготовка. В данной статье рассматриваются особенности физической подготовки в высших образовательных организациях системы МВД России. Также рассматриваются особенности занятия спортом курсантами и слушателями.

Ключевые слова: физическая подготовка, физические качества, спорт, боевые приемы борьбы, самбо, дзюдо, бокс.

SPORT AND PHYSICAL TRAINING IN HIGHER EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE SYSTEM OF THE MIA OF RUSSIA

Domracheva E.Yu., Efimova E.A., Belgorod State University.
Yanchenkov Yu.A., St. Petersburg University of the Federal Penitentiary Service
of Russia

Resume: Physical training occupies a special place in the education of employees of internal affairs bodies. This article examines the features of physical training in higher educational institutions of the system of the Ministry of Internal Affairs of Russia. The features of sports activities by cadets and students are also considered.

Keywords: physical training, physical qualities, sport, fighting techniques, sambo, judo, boxing.