

Учреждение образования
«Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ
И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

Сборник научных статей

Брест
БрГУ имени А. С. Пушкина
2020

УДК 796.01
ББК 75.1
А 43

Редакционная коллегия:

кандидат педагогических наук, доцент **К. И. Белый**
кандидат педагогических наук, доцент **И. Ю. Михута**
старший преподаватель **С. К. Якубович**

Рецензенты:

доцент кафедры физического воспитания и спорта
УО «Брестский государственный технический университет»,
кандидат педагогических наук, доцент **Н. В. Орлова**

заведующий кафедрой легкой атлетики, плавания и лыжного спорта
УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»,
кандидат педагогических наук, доцент **А. В. Шаров**

А 43 **Актуальные** проблемы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки : сб. науч. ст. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина ; редкол.: К. И. Белый, И. Ю. Михута, С. К. Якубович. – Брест : БрГУ, 2020. – 165 с.
ISBN 978-985-22-0142-1.

Статьи сборника посвящены теоретико-методическим и практическим проблемам современной системы физического воспитания и спорта, современных информационных технологий в физическом воспитании и спорте, инновационных здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании школьников и учащейся молодежи, олимпийского образования школьников и учащейся молодежи, медико-биологическим проблемам физической культуры и спорта.

Издание предназначено для специалистов в области физической культуры и спорта, научных работников, аспирантов, магистрантов и студентов.

УДК 796.01
ББК 75.1

ISBN 978-985-22-0142-1

© УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», 2020

- практики внедрения в систему подготовки спортивного резерва результатов научных исследований в области спорта высших достижений;
- процесса формирования клубов (команд) по игровым видам спорта на базе учреждений высшего образования в целях участия в национальных чемпионатах;
- системы реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями средствами физической культуры и спорта, подготовки и переподготовки специалистов для работы с данной категорией граждан;
- материально-технической базы организаций физической культуры и спорта, учреждений образования в большинстве районных центров;
- работы местных исполнительных и распорядительных органов относительно вопросов информационного сопровождения предоставляемых физкультурно-спортивных услуг, содержания и строительства физкультурно-спортивных сооружений на дворовых территориях, эффективности использования имеющихся спортивных объектов.

Список использованной литературы

1. Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016–2020 годы : утв. постановлением Совета Министров Респ. Беларусь от 12.04.2016 № 303. – Минск : Респ. учеб.-метод. центр физ. воспитания населения, 2016. – 35 с.
2. Программа развития студенческого спорта в Республике Беларусь на 2017–2020 годы [Электронный ресурс] : утв. постановлением М-ва образования Респ. Беларусь от 25.07.2017 № 89. – Режим доступа: <http://zakonby.net/postanovlenie/71646-postanovlenie-ministerstva-obrazovaniya.html>.
3. Беспутчик, В. Г. Современные проблемы массового спорта молодежи / В. Г. Беспутчик, В. А. Ярмюк // Современные проблемы спорта, физического воспитания и адаптивной физической культуры : материалы III междунар. науч.-практ. конф., Донецк, 9 февр. 2018 г. / под ред. Л. А. Деминской ; ДИФКС. – Донецк, 2018. – С. 74–80.

И. А. Бродницкая¹, М. А. Кисель², В. В. Павлючик¹

¹УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», г. Брест

²УО «Белорусский национальный технический университет», г. Минск

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ СИСТЕМЫ М. МОНТЕССОРИ В АСПЕКТЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

Summary. The article presents the modern approach of the M. Montessori system in terms of the psychophysical readiness of preschool children to study at school. The developed approach in the M. Montessori system allows children in a group of different ages to significantly reveal and expand the individual reserve capabilities of the psychophysical potential of children's readiness to study at school, and thereby significantly increase the efficiency of the process of physical education.

Резюме. В статье представлен современный подход системы М. Монтессори в аспекте психофизической готовности детей дошкольного возраста к обучению в школе. Разработанный подход в системе М. Монтессори позволяет детям в разновозрастной группе существенно раскрыть и расширить индивидуальные резервные возможности психофизического потенциала готовности к обучению в школе и тем самым существенно повысить эффективность процесса физического воспитания.

Актуальность. Научно обоснованные теоретико-методические подходы развития психофизических способностей детей дошкольного возраста рассматриваются в качестве перспективного направления в системе физического воспитания дошкольников, в котором ведущее место занимают различные традиционные и современные средства и методы М. Монтессори. Разработанная М. Монтессори педагогика – это система раскрытия человеческого потенциала в свободной и самостоятельной деятельности ребенка, в специально подготовленной взрослыми развивающей дидактической среде. Она рассматривает процесс развития и образования ребенка с точки зрения антропологии, выделяя основные сенситивные периоды его роста и создавая максимально комфортные условия для их протекания. Средством становления личности ребенка является его собственная активная деятельность по освоению окружающей среды, основанная на «свободном выборе предмета деятельности, партнера, места и темпа своей работы». Гуманистический потенциал идей М. Монтессори заключается в развитии индивидуальности психофизического потенциала ребенка и находит свое выражение в системе методов и приемов, создающих условия для самообучения, самовоспитания и саморазвития ребенка [1–3].

Подбор разнообразных средств и методов развития психофизического потенциала дошкольников основан на индивидуально-дифференцированной программе, направленной на активизацию сенсомоторных, перцептивных, психофизических, нейродинамических и когнитивно-моторных особенностей, реализуемых как на произвольном, так и на непроизвольном уровнях самоконтроля и саморегуляции движений [4]. Приоритетным направлением М. Монтессори в развитии компонентов психофизической подготовленности детей дошкольного возраста является комплексное воздействие на сенсорно-когнитивные (психомоторные способности), моторно-функциональные (физическое развитие и кондиционные способности) и моторно-координационные (координационные способности) компоненты.

Важной новацией М. Монтессори стало переосмысление роли и места педагога в процессе формирования личности ребенка. Активная позиция ребенка в освоении окружающей среды обуславливает изменение позиции педагога от ведущей позиции к развивающей, когда центральное место занимает не прямая передача знаний, а развитие психофизической сферы ребенка [5].

Цель работы – выявление современных подходов системы М. Монтессори в аспекте психофизической готовности детей дошкольного возраста к обучению в школе.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось на базе ГУО «Ясли-сад № 11 г. Пинска». В исследовании принимали участие дети дошкольного возраста (3–6 лет) – группа М. Монтессори (n = 12).

Результаты и их обсуждение. Психофизическое развитие у детей дошкольного возраста происходит неравномерно и зависит от индивидуально-возрастных особенностей. Каждому возрастному периоду соответствуют определенные особенности в строении и функциях отдельных органов и систем, в реактивности организма и эмоционально-психическом развитии личности, что необходимо учитывать при планировании процесса физического воспитания, выборе средств и форм занятий.

Выявленные критерии оценки уровня развития психофизических способностей детей дошкольного возраста обусловлены контрольными испытаниями, которые отражают уровень развития психического (сенсомоторика, психические познавательные процессы и функциональное состояние нервно-мышечного аппарата) и физического (силовые, скоростно-силовые, скоростные, координационные способности, гибкость и функциональная подвижность суставов) компонентов. Выявленные количественные

и качественные характеристики психофизической подготовленности детей дошкольного возраста позволили разработать индивидуальные профили. Представленные профили психофизической сферы развития позволяют обеспечить ведение процесса физического воспитания в форме индивидуально-дифференцированного подхода с позиций структурной организации двигательной деятельности. Построение индивидуального профиля психофизической подготовленности осуществлялось по следующему алгоритму: сбор данных для аналитической работы; разработка 10-балльной шкалы (обоснованное количественное и качественное описание); автоматизированный перевод полученных сырых данных в 10-балльную шкалу; на основании полученных сумм баллов каждого компонента осуществляется интегрирование баллов. Построение индивидуального профиля детей дошкольного возраста с акцентом и направленностью дальнейшей индивидуально-дифференцированной работы.

Обобщая полученные данные эксперимента, следует отметить, что динамика уровня психофизической подготовленности детей дошкольного возраста до и после педагогического воздействия в разных возрастных группах имела следующие темпы прироста:

Старший дошкольный возраст (6 лет): координационные способности – 8,2 %; скоростные способности – 4,1 %; скоростно-силовые способности – 17,2 %; силовые способности – 9,1 %; функциональная подвижность суставов – 9,4 %; сенсомоторные реакции – 10,8 %; психические познавательные процессы – 15,2 %; функциональное состояние нервно-мышечного аппарата – 14,4 %; интегральная психофизическая подготовленность – 11 %.

Старший дошкольный возраст (5 лет): координационные способности – 6,6 %; скоростные способности – 5,5 %; скоростно-силовые способности – 11,6 %; силовые способности – 18,2 %; функциональная подвижность суставов – 8,3 %; сенсомоторные реакции – 8,9 %; психические познавательные процессы – 15,7 %; функциональное состояние нервно-мышечного аппарата – 20,9 %; интегральная психофизическая подготовленность – 12 %.

Средний дошкольный возраст (4 года): координационные способности – 9,3 %; скоростные способности – 8,1 %; скоростно-силовые способности – 14,1 %; силовые способности – 15,0 %; функциональная подвижность суставов – 10,2 %; сенсомоторные реакции – 12 %; психические познавательные процессы – 14 %; функциональное состояние нервно-мышечного аппарата – 22 %; интегральная психофизическая подготовленность 13,1 %.

Младший дошкольный возраст (3 года): координационные способности – 9,7 %; скоростные способности – 8,3 %; скоростно-силовые способности – 23,7 %; силовые способности – 25,7 %; функциональная подвижность суставов – 12,8 %; сенсомоторные реакции – 9,9 %; психические познавательные процессы – 20,4 %; функциональное состояние нервно-мышечного аппарата – 26,8 %; интегральная психофизическая подготовленность – 17,2 %.

Таким образом, динамика количественных показателей психофизического потенциала детей дошкольного возраста в процессе эксперимента обуславливается выявленными в ходе сравнительного анализа темпами прироста исследуемых компонентов индивидуального профиля: дети 3 лет – 17 %; дети 4 лет – 13,1 %; дети 5 лет – 12 %; дети 6 лет – 11 %.

Выводы. Сущность процесса физического воспитания детей дошкольного возраста по системе М. Монтессори основывается на сопряжении полиструктурных и полифункциональных средств и методов обучения различной направленности:

традиционные и современные средства М. Монтессори (акцентированные на жизнедеятельность ребенка); средства двигательного-координационного направления; средства, акцентированные на психомоторную сферу. Обобщая вышесказанное, следует отметить, что выявленная в ходе сравнительного анализа динамика темпов прироста исследуемых показателей психофизических способностей детей разного дошкольного возраста имеет положительную тенденцию и после эксперимента, что обусловлено эффективностью разработанной экспериментальной методики и индивидуально-возрастными особенностями развития детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста (значительное раскрытие резервных психофизических возможностей в 3–6 лет) и степени готовности к обучению в школе.

Список использованной литературы

1. Мащенко, М. В. Физическая культура дошкольника : пособие для педагогов дошкольных учреждений / М. В. Мащенко, В. А. Шишкина. – Минск : Ураджай, 2000. – С. 138–145.
2. Монтессори, М. Дом ребенка. Метод научной педагогики (концепция свободного саморазвития ребенка в специально подготовленной развивающей среде) / М. Монтессори. – М. : Астрель, 2006. – 269 с.
3. Монтессори, М. Помогите мне сделать это самому / М. Монтессори ; сост. и авт. вступ. ст. М. В. Богуславский, Г. Б. Корнетов. – М. : Карапуз, 2005. – 272 с.
4. Система М. Монтессори: Теория и практика : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования / М. Г. Сорокова. – 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2014. – 384 с.
5. Теория и методика физической культуры дошкольников : учеб. пособие для студентов акад., ун-тов, ин-тов физ. культуры пед. вузов / под ред. С. О. Филипповой, Г. Н. Пономарева. – СПб. : ДЕТСТВО-ПРЕСС ; М. : ТЦ «Сфера», 2008. – 636 с.

К. С. Вашкевич

Белорусский государственный университет, г. Минск

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ

Summary. The article discusses the physical activity of both students and the factors that affect it.

Резюме. В статье рассматривается физическая активность студентов и факторы, которые на нее влияют.

Актуальность. Как говорил древнегреческий мыслитель Аристотель, «ничто так не истощает и не разрушает человеческий организм, как физическое бездействие» [1]. Действительно, человеку для поддержания здоровья необходимо наличие физической активности. Уровень физической активности студентов далеко не всегда на должном уровне. Среди преподавателей физической культуры в высших учебных заведениях регулярно поднимается проблема посещаемости студентами занятий, а также мотивации к выполнению упражнений.

Цель работы – анализ физической активности студентов и факторов, влияющих на ее недостаток. Цель работы достигнута посредством решения следующих задач:

1. Исследование образа жизни и состояния здоровья студентов.
2. Выяснение причин, способствующих снижению интереса к физической культуре у студентов.
3. Поиск средств повышения мотивации к самодисциплине.