

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

К. И. Белый, Э. Н. Хиль

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

ДЕТСКАЯ ГАНДБОЛЬНАЯ ЛИГА «SUBR CUP»: ВЧЕРА, СЕГОДНЯ ЗАВТРА

Summary. The article provides information on the formation of the children's handball league, the main stages of development. Detailed information is also provided on the features of the draw system and the number of participating teams in the 2019–2020 season.

Резюме. В статье представлена информация о становлении детской гандбольной лиги, основных этапах развития. Также дается подробная информация об особенностях системы розыгрыша и количестве участвующих команд в сезоне 2019–2020 гг.

Формирование и сохранение здоровья является стратегической задачей многих государств. Здоровье нации определяется прежде всего здоровьем детей и подростков. Оздоровление – непереносимое условие сохранения и укрепления здоровья детей в физическом, психологическом и нравственном аспектах. Эта работа важна и значима, так как предполагает активное приобщение учащихся разных возрастных групп к здоровому образу жизни, получение ими дополнительных знаний, формирование двигательных умений, со временем перерастающих в твердые навыки, необходимые для разных сфер жизни. В хорошем здоровье подрастающего поколения заинтересованы все: родители, учителя, тренеры, врачи, общество [1].

Значение спортивных игр в формировании жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитии двигательных способностей школьников трудно переоценить. Спортивные игры способствуют развитию не только физических способностей, но также нравственных, морально-волевых и интеллектуальных качеств личности.

Спортивные игры отличаются от подвижных единичными правилами, определяющими состав участников, размеры и разметку площадки, продолжительность игры, оборудование и инвентарь и т. п. [2].

Особенности спортивных игр определяются спецификой соревновательной деятельности, которая и отличает их от других видов спорта. Соревновательное противоборство в игре происходит по установленным правилам с использованием присущих только конкретной игре соревновательных действий – приемов игры (техники). При этом обязательным является наличие соперника. В командно-игровых видах цель каждого фрагмента состязания состоит в том, чтобы доставить предмет состязания (мяч, шайбу и пр.) в определенное место площадки соперников и не допустить такового в отношении себя. Это определяет единицу состязания – блок действий типа «защита-нападение» [3].

Руководствуясь принципом улучшения здоровья детей и привлечения к регулярным учебно-тренировочным занятиям гандболом, в 2017 г. Брестский гандбольный клуб имени А. П. Мешкова создал детскую гандбольную лигу. Основным документом, регламентирующим деятельность «Subr cup», является положение. Абсолютно важным моментом стало то, что Брестский гандбольный клуб имени А. П. Мешкова полностью взял на себя финансирование организации и проведения соревнований.

Цель работы – изучить состояние и перспективы развития детской гандбольной лиги. Для достижения цели были сформулированы следующие **задачи**:

- 1) изучить развитие детской гандбольной лиги от момента создания до настоящего времени;
- 2) выявить наиболее значимые центры развития детского гандбола в Республике Беларусь.

Обсуждение результатов. Разработав положение о проведении детской гандбольной лиги первоначально для детей только 2003–2004 годов рождения и согласовав его в Министерстве спорта и туризма Республики Беларусь, клуб утвердил систему розыгрыша и этапы проведения соревнований. Розыгрыш решено было проводить по системе распределения на подгруппы по регионам, а финальную часть – среди победителей групп в г. Бресте.

В первом турнире приняло участие 16 команд мальчиков одной возрастной группы, которые были распределены на четыре подгруппы по территориальному принципу. Отдельной подгруппой был представлен г. Минск с заявленными четырьмя командами. Постепенно увеличивалось количество команд, привлекались новые регионы страны, даже те, где раньше гандбола не было.

Расширение географии развития способствовало привлечению большего числа детей к регулярным занятиям физическими упражнениями через гандбол. У тренеров областных центров появились дополнительные возможности выявить более перспективных детей и привлекать их в училища олимпийского резерва и другие специализированные учебные заведения, отвлекать их от улицы, ограждать от вредных привычек.

Повышение популярности соревнований и рост количества участвующих команд были отмечены уже во второй год проведения соревнований. К тому же в соревнованиях участвовали уже две возрастные группы детей. Общее количество команд-участниц составило 48. Таким образом, свыше 670 детей в Республике Беларусь получили дополнительные возможности иметь соревновательную практику. Руководство организацией и проведением детской гандбольной лиги было поручено губернатору Брестской области в 2000 г. Василию Борисовичу Долголеву. К судейству соревнований начали привлекать начинающих судей, не оставляя без внимания опытных, особенно на заключительных этапах. Это дало возможность значительно расширить судейский корпус и иметь возможность улучшить их качество работы.

В сезоне 2019–2020 гг. к участию в соревнованиях детской гандбольной лиги привлечено более 70 команд мальчиков по трем возрастным группам. Все три группы разделены на подгруппы по региональному принципу. Далее по положению предусматриваются стыковые матчи и финалы для тех, кто выйдет победителем подгрупп. Победители определяются в каждой из трех возрастных групп. Количество участвующих команд в возрастном аспекте выглядит следующим образом:

- 2004–2005 г. р. – 24 команды;
- 2006–2007 г. р. – 25 команд;
- 2008–2009 г. р. – 26 команд.

Наибольшее представительство имеет, безусловно, г. Минск, который представлен командами РУОР и СКА по всем трем возрастным группам, а также командами ДЮСШ имени С. П. Мироновича.

Особо следует отметить появление команд в таких городах, как Глуск, Витебск, Чаусы, Слоним, Жлобин, Копыль, Лида, Мстиславль и нек. др. Учитывая, что детская гандбольная лига существует только пятый год, считаем это большим успехом. Тем более что одна из главных задач, которые ставит председатель федерации гандбола Республики Беларусь В. Н. Коноплев, – создание гандбольных центров во всех районных центрах нашей страны. Решение этой задачи будет способствовать воплощению в жизнь девиза «от массовости к мастерству». А значит, у нас в будущем могут быть более сильные сборные команды разных возрастов с хорошим резервом.

Список использованной литературы

1. Физическая культура и здоровье: подвижные и спортивные игры : пособие для учителей учреждений общ. сред. образования / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. М. Е. Кобринского, А. Г. Фурманова. – Минск : Аверсэв, 2016. – 478 с.
2. Кобринский, М. Е. Физическая культура и здоровье учащихся : пособие для учителей физ. культуры : в 3 ч. / М. Е. Кобринский [и др.] ; под общ. ред. М. Е. Кобринского, А. Г. Фурманова. – Минск : МЕТ, 2011. – Ч. 1 : Основы знаний. – 342 с.
3. Белый, К. И. Обучение основам техники и тактики игры в гандбол : практикум / К. И. Белый, Э. Н. Хиль. – Брест : БрГУ, 2017. – 58 с.

Д. В. Бермудес, Д. І. Балашов

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка,
м. Суми, Україна

МЕТОДИКА ТЕСТУВАННЯ В ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ

Summary. The article deals with the research results of health check of the people doing sports in fitness club «Aiaks» in Sumy. The data obtained was the basis for working out the technology of testing, which includes the analysis of the aim of future trainings, sport anamnesis, physical development, the condition of health and functional condition of the sportsmen. The analysis of testing results gives the possibility to make up an individual programmer of health-improving trainings.

Резюме. В статті наведено результати дослідження щодо стану здоров'я тих, хто займається у фітнес-клубі «Аякс» міста Суми. Дані дослідження слугували підставою для створення методики тестування, яке передбачає послідовний аналіз мети фізкультурно-оздоровчих занять, спортивного анамнезу, фізичного розвитку, стану здоров'я та функціонального стану тих, хто займається. Аналіз результатів тестування дає можливість скласти індивідуальну програму фізкультурно-оздоровчих занять.

Резюме. В статье представлены результаты исследования состояния здоровья занимающихся в фитнес-клубе «Аякс» г. Сумы. Данные исследования были основанием для разработки методики тестирования, которое включает последовательный анализ цели предстоящих занятий, спортивного анамнеза, физического состояния, состояния здоровья и функционального состояния занимающихся. Анализ результатов тестирования даст возможность составить индивидуальную программу физкультурно-оздоровительных занятий.

Актуальність. У сучасному суспільстві відбувається негативна динаміка зростання серцево-судинних, онкологічних, психічних, вірусних та інших захворювань, різке зменшення рухової активності і збільшення захворювань, які пов'язані з організацією способу життя. Як наслідок, простежується зниження середньої тривалості життя населення.

У Національній стратегії з оздоровчої рухової активності на період до 2025 р. «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (2017) проаналізовано сучасний стан вітчизняної системи оздоровчої рухової активності. Наголошено, що «на початку ХХІ століття достатній рівень оздоровчої рухової активності (не менше 4–5 занять на тиждень тривалістю одного заняття не менше 30 хвилин) мали лише