

Установа адукацыі
“Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А. С. Пушкіна”

Кафедра культуралогіі

**КУЛЬТУРА ПРАВЯДЗЕННЯ
ВОПЬНАГА ЧАСУ МОПАДЗІ
ЎЧОРА І СЁННЯ**

Том 1

Брэст
“Альтэрнатыва”
2009

Установа адукацыі
“Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна”

Кафедра культуралогіі

КУЛЬТУРА ПРАВЯДЗЕННЯ ВОЛЬНАГА ЧАСУ МОЛАДЗІ ЎЧОРА І СЁННЯ

Зборнік навуковых прац

У двух тамах

Том 1

Брэст
“Альтэрнатыва”
2009

УДК 379.8-053.81(082)
ББК 77я43
К90

Рэкамендавана да публікацыі кафедрай культуралогіі
Брэсцкага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А.С. Пушкіна
(пратакол № 9 ад 27 лютага 2009 года)

Рэдакцыйная калегія:

Ул.П. Люкевіч (Брэст, старшыня), В. Бужыньскі (Бяла Падляска),
А.С. Галёнка (Брэст), А.А. Гарбацкі (Брэст), Г.І. Іванчын (Брэст),
А.С. Лапцёнак (Мінск), І.І. Лосева (Мінск), М.А. Мажэйка (Мінск)

Рэцэнзент:

прафесар С.Д. Лапцёнак (Мінск)

Аргкамітэт і ўдзельнікі Міжнароднай навукова-практычнай канферэнцыі
“Культура правядзення вольнага часу моладзі ўчора і сёння”
выказваюць шчырую падзяку за дапамогу ў выданні зборніка
навуковых прац Аддзелу фізічнай культуры, спорта і турызму
Брэсцкага гарвыканкаму і асабіста яго начальніку А.У. Бяспалаву
і спецыялісту В.А. Ігнатчыку

К90 **Культура правядзення вольнага часу моладзі ўчора і сёння :**
зб. навук. прац. У 2 т. Т. 1 / Брэст, дзярж. ун-т імя А.С. Пушкіна ;
рэдкал.: Ул. П. Люкевіч [і інш.]. – Брэст: Альтэрнатыва, 2009. – 184 с.

ISBN 978-985-521-055-0.

У зборнік навуковых прац уключаны артыкулы навукоўцаў Беларусі,
Польшчы і Расіі, у якіх разглядаюцца праблемы правядзення вольнага часу
моладзі.

Матэрыялы, якія змешчаны ў зборніку, можна выкарыстоўваць у працэсе
выкладання гуманітарных дысцыплінаў, фармавання здаровага ладу жыцця,
а таксама іншых формах працы па выхаванню моладзі.

Аўтары надрукаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за граматычную
правільнасць, падбор і дакладнасць прыведзеных фактаў, лічбаў, цытат,
уласных назваў, прозвішчаў, імёнаў і іншай інфармацыі.

УДК 379.8-053.81(082)
ББК 77я43

ISBN 978-985-521-055-0 (т. 1)
ISBN 978-985-521-054-3

© Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя
А.С. Пушкіна, 2009
© Афармленне. ПВГУП «Издательство
“Альтэрнатыва”», 2009

artistic self-expression, at organizing natural communication environment, at creating the conditions for the youth culture based on morals and esthetics, at developing personal artistic needs, at filling free time with valuable contents.

1. Азарова Р.Н. Педагогическая модель организаций досуга обучающейся молодежи // Педагогика. – 2005. – № 1.
2. Воловик А.Ф. Педагогика досуга. – М.: Флинта: Московский Психолого-социальный институт, 1998. – 240 с.
3. Джурпинский Л.Н. Воспитание в поликультурном пространстве // Мир образования – Образование в мире. – 2005. – №. 3.
4. Крылова Н.Б. Культурологическое образование. – М., 2000.
5. Лозка А. Беларуская батлейка. Каляндарныя і абрадавыя гульні: Дапам. для настаўнікаў. – Мн.: Тэхналогія, 1997.
6. Суханов И.В. Обычаи, традиции и преемственность поколений. – М.: Политиздат, 1976.
7. Юзефовичус Т.А. Этнокультурный аспект социально-педагогической работы с молодежью // Известия академии педагогических и социальных наук. – Москва, 2006. – 606–616с.

УДК 796.01

ЗДАНЕВИЧ А.А., ШУКЕВИЧ Л.В., ЛОГУНОВА Н.Н.

Беларусь, Брест, УО «БрГУ имени А.С. Пушкина», СШ № 7 г.Бреста

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УПРАЖНЕНИЙ ИГРОВОГО МЕТАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЦЕЛЕВОЙ ТОЧНОСТИ ДВИЖЕНИЙ У ДЕТЕЙ 9–10 ЛЕТ

Введение

Ещё в начале двадцатого века П.Ф. Лесгафт [8] говорил о том, что учащийся должен научиться выполнять физические упражнения с конкретно заданными параметрами. Он разработал комплексы упражнений, с целью воспитания умений правильно оценивать движения. Выполняя комплексы упражнений, школьники знакомились с различными двигательными ощущениями, а разнообразные ощущения, полученных во время выполнения упражнений, служили затем основой для образования навыков управления движениями.

Основываясь на идее, предложенной и разработанной П.Ф. Лесгафтом, многие авторы стали весьма активно разрабатывать методику обучения умению оценивать движения во времени, пространстве и по степени мышечных усилий [1–7, 9–15].

Учитывая актуальность и большую значимость проблемы, исходящую ещё от таких исследователей как П.Ф. Лесгафт, Н.А. Бернштейн и других, был проведен педагогический эксперимент.

Цель и задачи исследования

Цель исследования – изучить влияние целенаправленных комплексов упражнений, сочетающих в себе различные игровые задания на развитие точности движений в метании малого мяча в цель у детей 9–10 лет.

Задачи исследования:

1. Изучить эффективность влияния различных тренирующих программ, направленных на развитие точности движений в метании малого мяча в цель у детей в возрасте 9–10 лет.
2. Изучить динамику и темпы направленного развития целевой точности движений в метании малого мяча у школьников 9–10 лет в зависимости от пола.

Предметом исследования явились особенности направленного развития целевой точности движений в метании малого мяча у детей 9–10 лет.

Объект исследования. Учащиеся в возрасте 9–10 лет, обучающиеся в средней общеобразовательной школе № 7 г. Бреста.

Организация исследования

К педагогическому эксперименту были привлечены дети в возрасте 9–10 лет, всего 38 человек. Были созданы по 2 группы мальчиков и девочек: одна из них контрольная, другая экспериментальная. В контрольных группах занятия по обучению метанию малого мяча в цель проводились по общепринятой методике.

В экспериментальных группах с девочками и мальчиками метания малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель проводилось по специальной разработанной методике. При этом соблюдались определенные условия и особенности проведения.

- Метание малого мяча в вертикальную цель

Условия: зал, глухая стена, мишень – щит размером 1 x 1 м с кругом диаметром 40 см посередине, кусок мела, шесть малых мячей. Мишень устанавливалась вертикально, её нижний край находился на уровне глаз среднего по росту ученика. На расстоянии 5 метров от линии, мелом проводилась линия, с которой производилось метание.

Проведение: испытуемый стоял свободно у линии метания в 5 метрах от мишени. Ему предлагалось бросить в мишень три мяча правой, затем три мяча левой рукой. Результаты всех шести бросков заносились в протокол.

Попадание в круг оценивалось в 2 балла, попадание в щит – в 1 балл, промах – в 0 баллов.

- Метание малого мяча в горизонтальную цель

Применялась мишень такого же размера, как и при метании в вертикальную цель, но располагалась она горизонтально на полу. Круг мишени

с таким же диаметром 40 см был покрашен красным цветом. Оценка метания проводилась по тем же правилам, что и при метании в вертикальную мишень.

Указаний на способы метания школьникам не давалось с тем, чтобы не нарушить привычную форму движения, так как всякие указания заставляют ученика задуматься о форме и характере движений. При этом учащийся отвлекается от основной цели, привычная для него форма движения нарушается, что препятствует чистоте исследования.

В экспериментальных группах на каждом уроке физической культуры и здоровья отводилось до 20 минут направленному развитию целевой точности движений. При этом особое значение в развитии целевой точности движений имело применение программ, дифференцированно сочетающих в себе, как метание малого мяча в цель (горизонтальную и вертикальную), так подвижных игр и эстафет, в которые входили отдельные элементы техники метания малого мяча.

Экспериментальные программы включались в первую половину урока. Всего было разработано и применено четыре программы. Одна программа использовалась в течение недели. В силу ограниченных рамок статьи приводим только одну из четырёх экспериментальных программ (таблица 1).

Динамика развития целевой точности движений оценивалась по результатам метания малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Эффективность программ определялась путём сравнения фиксированных изменений показателей целевой точности движений учащихся экспериментальных и контрольных групп.

Результаты исследования и их обсуждение

Проведённый констатирующий эксперимент выявил недостаточный уровень и существенную вариативность показателей точности движений при метании малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель у детей в возрасте 9–10 лет. Такое положение обусловило необходимость поиска новых эффективных средств и методов повышения уровня развития целевой точности движений метательного характера на основе осуществления дифференцированного подхода к занимающимся.

Результаты статистической обработки показателей целевой точности в метании малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель у девочек 9–10 лет показали, что к эксперименту были привлечены однородные группы испытуемых.

Рассматривая динамику показателей целевой точности движений у девочек 9–10 лет за период эксперимента необходимо отметить, что в контрольных группах статистически значимых сдвигов не произошло ($p > 0,05$) (таблица 2, рисунки 1, 2).

Таблица 1 – Экспериментальная программа по развитию точности движений у школьников 9–10 лет при метании малого мяча в цель (первая неделя эксперимента)

Часть программы	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
I.	<p>1. Метание малого мяча по мишени, расположенной вертикально</p> <p>2. Метание малого мяча по мишени, расположенной горизонтально</p>	<p>по 10 бросков каждой рукой</p> <p>по 10 бросков каждой рукой</p>	<p>Мишень находится на стене, диаметр мишени 40 см, метание с расстояния 5 м.</p> <p>Мишень расположена на полу, диаметр 40 см, метание с расстояния 5 м.</p> <p>У каждого учащегося по одному мячу. Расположены учащиеся в колонны перед своей мишенью. После метания мяча каждый ученик подбирает свой мяч и становится в конце своей колонны.</p>
II.	Игра «Попади по мячу».	по 3 раза	<p>Дети выстраиваются в четыре колонны у линии. У каждого в руке по мячу. По команде первые номера метают малый мяч в большой, находящийся на одинаковом от команд расстоянии (5 м). Затем вторые выполняют то же и т.д. Задача попасть как можно большее количество раз по большому мячу</p> <p>Победа присуждается той команде, которая наберет большее количество очков за три раунда.</p>
III.	Метание малого мяча по мишени, расположенной вертикально	по 10 бросков каждой рукой	Методика и организационные указания, такие же как описаны в I части программы

Таблица 2 – Показатели уровня развития целевой точности в метании малого мяча девочек 9–10 лет контрольной и экспериментальной групп

Показатели		Статистические параметры						
		Контрольная группа		Экспериментальная группа		Δ	t	p
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ			
Метание малого мяча в горизонтальную цель								
Правой рукой	Исходные	2,10	0,81	2,00	0,85	0,10	0,240	> 0,05
	Конечные	2,15	0,85	2,89	0,72	0,74	2,572	< 0,05
Левой рукой	Исходные	1,88	0,89	1,69	0,73	0,19	0,466	> 0,05
	Конечные	1,90	0,72	2,55	0,81	0,65	2,322	< 0,05
Метание малого мяча в вертикальную цель								
Правой рукой	Исходные	2,30	0,89	2,20	0,74	0,10	0,244	> 0,05
	Конечные	2,20	0,90	3,11	0,82	0,91	2,563	< 0,05
Левой рукой	Исходные	1,60	0,78	1,65	0,64	0,05	0,140	> 0,05
	Конечные	1,80	0,96	2,78	0,81	0,98	2,406	< 0,05

Рисунок 1 – Изменение показателей в метании малого мяча в горизонтальную цель у школьников 9–10 лет контрольной и экспериментальной групп

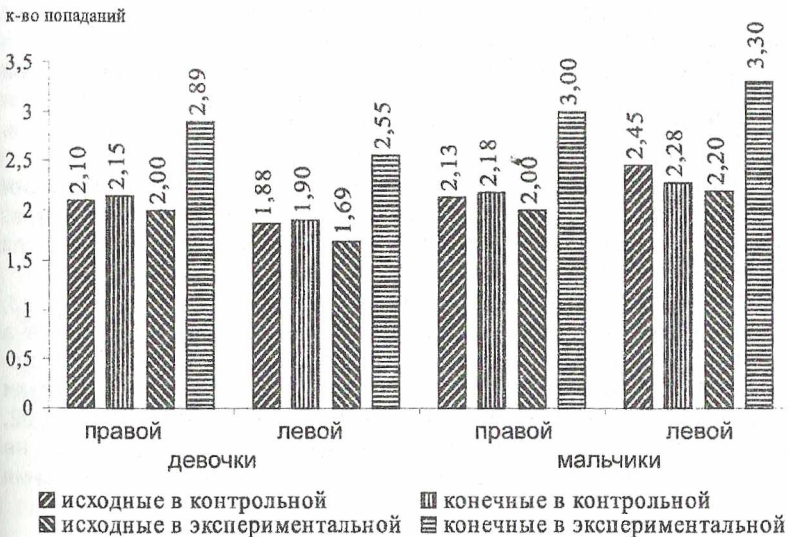
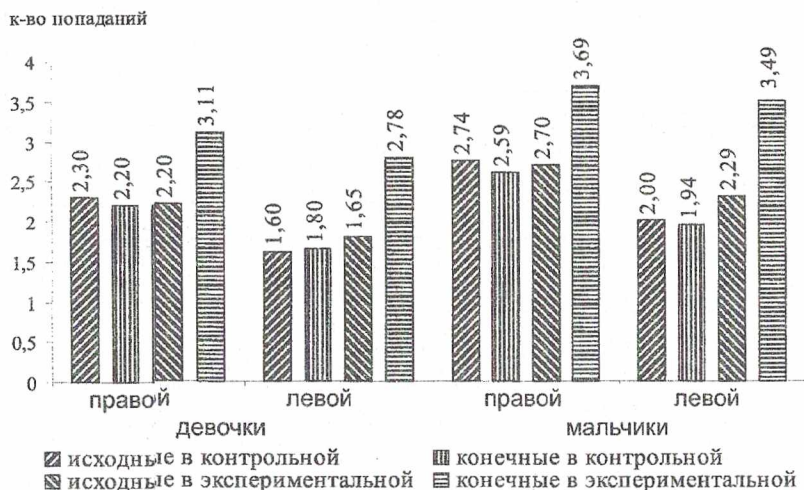


Рисунок 2 – Изменение показателей в метании малого мяча в вертикальную цель у школьников 9–10 лет контрольной и экспериментальной групп



В экспериментальной группе динамика изучаемых показателей целевой точности носила другой характер. Так, в экспериментальной группе у девочек в процессе исследования произошли существенные статистически значимые сдвиги в показателях метания малого мяча, как в вертикальную, так и горизонтальную цель ($p < 0,05$).

Результаты у девочек экспериментальной группы в метании правой рукой в горизонтальную цель улучшились по сравнению с показателями контрольной группы на 0,74, левой – на 0,65 балла, в вертикальную цель соответственно на 0,91 и на 0,98 балла ($p < 0,05$).

Анализ полученных данных показал, что влияние применяемых программ, содержащих метательные движения в цель, положительно отразилось на развитии целевой точности в метании малого мяча у девочек в возрасте 9–10 лет.

За период эксперимента у мальчиков в возрасте 9–10 лет (таблица 3, рисунки 1, 2) достоверные приросты показателей в метании малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель правой и левой рукой произошли в экспериментальных группах ($p < 0,05$). У них показатели в метании малого мяча правой рукой в горизонтальную цель улучшились на 1,02, левой рукой – на 0,92 балла, в вертикальную цель – соответственно на 1,10 и 1,55 балла, в контрольной же группе у мальчиков эти изменения несущественны.

Таблица 3 – Показатели уровня развития целевой точности в метании малого мяча мальчиков 9–10 лет контрольной и экспериментальной групп

Показатели	Статистические параметры							
	Контрольная группа		Экспериментальная группа		Δ	t	p	
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ				
Метание малого мяча в горизонтальную цель								
Правой рукой	Исходные	2,45	1,05	2,20	1,02	0,25	0,486	> 0,05
	Конечные	2,28	1,08	3,30	1,02	1,02	2,576	< 0,05
Левой рукой	Исходные	2,13	0,99	2,00	0,97	0,13	0,265	> 0,05
	Конечные	2,18	1,07	3,10	0,95	0,92	2,413	< 0,05
Метание малого мяча в вертикальную цель								
Правой рукой	Исходные	2,74	1,02	2,70	0,83	0,04	0,086	> 0,05
	Конечные	2,59	0,98	3,69	0,82	1,10	2,434	< 0,05
Левой рукой	Исходные	2,00	0,85	2,29	0,95	0,29	0,643	> 0,05
	Конечные	1,94	0,73	3,49	1,05	1,55	3,428	< 0,05

Заключение

Результаты педагогического эксперимента свидетельствуют, что рациональная целенаправленная методика по воспитанию целевой точности в метании малого мяча способствует достижению значительного прироста показателей в точности движений у мальчиков и девочек экспериментальных групп.

Анализ литературы и опыта практической работы учителей физической культуры позволил разработать методические рекомендации по воспитанию целевой точности движений при метании малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель у школьников 9–10 лет.

В статье рассматриваются вопросы эффективного использования физических упражнений метательного характера для развития целевой точности движений у детей 9–10 лет. Показано, что целенаправленное использование обучающих программ позволяет существенно улучшить показатели точности движений у мальчиков и девочек 9–10 лет при метании малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель.

In this article questions of an effective utilization of physical exercises of target character for development of target accuracy of movements of 9–10

year old children are examined. It is shown, that purposeful use of training programs allows to improve essentially parameters of accuracy of movements of 9–10 year old boys and girls when them throwing a small ball to the vertical and horizontal target.

1. Жилкин, А.И. Лёгкая атлетика : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 5-е изд., испр. – М. : Издательский центр «Академия», 2008. – 464 с.
2. Зданевич, А.А. Баллистические метательные движения в системе физического воспитания школьников : монография / А.А. Зданевич. – Брест : Изд.-во БрГУ, 2006. – 261 с.
3. Зданевич, А.А. Обучение метаниям учащихся 1–2 классов / А.А. Зданевич // Фізична культура і здоров'є : штоквартальні науково-метадичні часопис. – 2007. – № 3. – С. 26–30.
4. Зданевич, А.А. Темпы прироста и особенности развития координационных способностей у детей школьного возраста / А.А. Зданевич, Л.В. Шукевич // Динамика исследования – 2008 : материалы за IV международна научна практична конференция, София, 16–31 юли 2008 година. – София : «Бял ГРАД-БГ» ООД, 2008. – Том 26. Лекарство. Физическа култура и спорт. – С. 86–89.
5. Зданевич, А.А. Возрастная динамика и особенности координационных способностей у детей младшего школьного возраста / А.А. Зданевич, Л.В. Шукевич // Фізична культура і здоров'є : штоквартальні науково-метадичні часопис. – 2008. – № 2. – С. 14–20.
6. Зданевич, А.А. Метания малого мяча в первом классе / А.А. Зданевич, Л.В. Шукевич // Физическая культура в школе : научно-методический журнал. – 2008. – № 6. – С. 7–10.
7. Зданевич, А.А. Метания малого мяча во втором классе / А.А. Зданевич, Л.В. Шукевич // Физическая культура в школе : научно-методический журнал. – 2008. – № 7. – С. 15–17.
8. Лесгафт, П.Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста / П.Ф. Лесгафт // Избранные труды. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – Ч. 2. – 359 с.
9. Лях, В.И. Координационные способности в спорте : теории, модели, направления настоящих и будущих исследований / В.И. Лях // Моделирование управления движениями человека ; под ред. М.П. Шестакова и А.Н. Аверкина. – М. : СпортАкадемПресс, 2003. – С. 158–202.
10. Лях, В.И. Теория управления двигательными действиями по Н.А. Бернштейну / В.И. Лях // Физическая культура в школе : научно-методический журнал. – 2006. – № 6. – С. 6–10; № 7. – С. 15–17.
11. Никитушкин, В.Г. Лёгкая атлетика : учебно-методическое пособие для общеобразовательных школ / В.Г. Никитушкин, В.П. Губа, В.И. Гапеев. – М. : Олимпия Пресс, 2005. – 224 с.
12. Hirtz, P. Sensible und kritische Perioden in der Entwicklung der Bewegungskoordinationen und das „teste motorische lernalter“ / P. Hirtz, W. Starosta // Koordinative Fähigkeiten – koordinative Kompetenz, Hrsg. Von Gudrun und Bernd Ludwig. Univ. Kassel. – Kassel, 2002. – S. 123–127.
13. Jascaninas, J. Kai kurie sambo imtynininkų organizmo fizinio ir funkcinio parengtumo rodikliai / J. Jascaninas, E. Kriskoviccas, N. Jascaniniene, S. Bojcenko // Sporto Mokslas. Sport Science. – Vilno, 2005. – № 1. – S. 52–56.

14. Raczek, J. Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych : podręcznik dla nauczycieli, trenerów i studentów / J. Raczek, W. Mynarski, W. Ljach. – Katowice : AWF, 2002. – 237 s.
15. Starosta, W. Globalna i lokalna koordynacja ruchowa / W. Starosta. – Warszawa : AWF, 2006. – S. 656–664.

УДК 379.81

ИВАНОВ Ю.А.

Беларусь, Брест, УО «БрГУ имени А.С.Пушкина»

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ: СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

Для того, чтобы шире раскрыть роль свободного времени в формировании личности необходимо установить структурные элементы его как понятия. Дело в том, что свободное время отождествляют, иногда, с другими категориями, например, досуг, отдых, причем не только в этимологическом, но и в социальном смысле. Можно сказать, что в настоящее время среди исследователей общепризнанным считается рассмотрение свободного времени как части нерабочего, состоящего из следующих структурных элементов: отдых, досуг, возвышенная деятельность. Хотя существуют некоторые различия, порой принципиальные, в определении самих этих элементов, их содержании, структуры, взаимосвязи и взаимозависимости.

С функциональных позиций эти категории можно определить так. В отдыхе присутствует только восстановление физических и психических сил, в досуге, в основном, преобладает рекреационная сторона, но имеет место и развитие. В возвышенной деятельности доминирует развивающая функция. Следует отметить и взаимосвязь, и взаимопроникновение этих категорий. Трудно, порой, провести четкую границу между ними, ибо элементы возвышенной деятельности присутствуют и в досуговой деятельности, и, хоть крайне незначительно, в пассивном отдыхе. В свою очередь досуг, выполняя рекреативную функцию, очевидно, включает в себя отдых и по той же причине присутствует в возвышенной деятельности. Значит, связь этих понятий диалектична. Эта связь проявляется еще и в том, что они сами по себе не представляют только какой-то круг, набор занятий, а отражают уровень деятельности человека в свободное время, так как в одном и том же занятии можно отдыхать и уставать, потреблять и созидать. Все зависит от уровня духовной и физической культуры человека. Эти уровни довольно наглядно прослеживаются со следующих позиций. В пассивном отдыхе не присутствует определенная цель и это же присуще развлечению. Подчеркнем, что развлечения дают нагрузку на те мышцы, которые не принимали участия в трудовом процессе, заполняют те психические участки, которые дремали, дают работу