



# **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ**

Гомель  
2021

Учреждение образования  
«Гомельский государственный университет  
имени Франциска Скорины»

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ  
В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ**

Сборник научных статей

Электронное научное издание

Гомель  
ГГУ им. Ф. Скорины  
2021

ISBN 978-985-577-795-4

УДК 796 (082)

**Физическая культура и спорт в современном мире** [Электронный ресурс] : сборник научных статей / Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины ; редкол. : Г. И. Нарский (гл. ред.) [и др.]. – Электронные текстовые данные (5,13 МБ). – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2021. – Системные требования: IE от 11 версии и выше или любой актуальный браузер, скорость доступа от 56 кбит. – Режим доступа : [http:// conference.gsu.by](http://conference.gsu.by). – Заглавие с экрана.

В статьях сборника представлены результаты теоретических исследований и экспериментальной работы в области педагогической науки, физического воспитания и спорта; раскрываются педагогические, психологические, медико-биологические, социально-экономические и нормативно-правовые аспекты физической культуры, спорта и туризма, приводятся примеры использования новых технологий обучения в физическом воспитании, практике подготовки спортсменов.

Предназначен для специалистов в области физической культуры и спорта, спортивной медицины, биохимии, физиологии, преподавателей учреждений высшего образования, научных работников, тренеров и спортсменов.

Сборник издается в соответствии с оригиналом, подготовленным редакционной коллегией при участии издательства.

**Редакционная коллегия:**

Г. И. Нарский (гл. редактор), С. В. Севдалев (зам. гл. редактора),  
А. С. Малиновский (отв. редактор), Е. В. Осипенко (отв. секретарь),  
К. К. Бондаренко, С. В. Шеренда, Е. П. Врублевский, В. Н. Старченко

**Рецензенты:**

доктор педагогических наук Ф. В. Кадол,  
кандидат педагогических наук С. Л. Володкович

ГГУ имени Ф. Скорины  
246028, Гомель, ул. Советская, 104,  
тел. (232) 50-49-03, 51-21-44  
<http://www.conference.gsu.by>

© Учреждение образования «Гомельский  
государственный университет  
имени Франциска Скорины», 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ, УЧАЩИХСЯ, СТУДЕНТОВ И ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ

|   |    |
|---|----|
| <b>Аксенчик С. В., Аверина И. П., Жак А. Д.</b> Изменения состава тела студенток при регулярных занятиях скандинавской ходьбой.....   | 8  |
| <b>Блоцкая Ю. В.</b> Изучение мотивации и интереса к занятиям физической культурой и спортом как важнейшее условие воспитания личной физической культуры человека.....        | 13 |
| <b>Борисок А. А., Черенко В. А., Федорович В. К.</b> Совершенствование двигательных навыков студентов филологического факультета.....   | 18 |
| <b>Величко Е. Б., Скидан С. Б.</b> Педагогические условия организации процесса физического воспитания при реализации дифференцированного подхода к обучающимся 12–13 лет..... | 23 |
| <b>Воронова Е. К.</b> Влияние традиционных подвижных игр Заонежья на развитие быстроты и ловкости у детей старшего дошкольного возраста.....                                  | 29 |
| <b>Дутикова С. В.</b> Развитие физических качеств школьников 12–13 лет на уроках по легкой атлетике.....  | 33 |
| <b>Заколотная Е. Е., Зайцева Е. М., Нехаева М. Г.</b> Рисунок как эффективное средство усвоения учебной дисциплины «Педагогика» студентами-спортсменами.....                  | 37 |
| <b>Зинченко Н. А., Метлушко М. М., Суглоб И. Л.</b> Методическая системная модель использования современных фитнес-технологий в физическом воспитании студентов.....          | 44 |
| <b>Казаручик Г. Н.</b> Гендерный подход в физическом воспитании детей дошкольного возраста.....   | 49 |
| <b>Ключников А. В., Гавриловец В. Г., Нарскин А. Г.</b> Физическая подготовленность курсантов 1-го курса университета гражданской защиты МЧС Беларуси.....                    | 56 |
| <b>Ковалёв А. В.</b> Методика применения средств физической культуры в процессе подготовки вокального исполнителя.....  | 61 |
| <b>Кожедуб М. С., Мельников С. В.</b> Взаимосвязь профессиональной направленности специальности с уровнем мотивации студентов.....  | 68 |
| <b>Логвина Т. Ю., Чжан Б., Цзан Ю.</b> «Маленький баскетбол» в Китайской Народной Республике.....   | 73 |
| <b>Митусова Е. Д.</b> Инновационный подход к развитию скоростных качеств школьников.....  | 80 |
| <b>Ничипорко Н. Н., Железная Т. В., Барановский В. Н.</b> Психолого-педагогические особенности приобщения студентов к занятиям ЗОЖ при помощи велнес-тренировки.....          | 85 |

4. Болотин, А. Э. Структура и содержание педагогической концепции совершенствования многоуровневой системы физического воспитания в России / А. Э. Болотин, В. А. Чистяков // Ученые записки университета Лесгафта. 2013. – №3 (97).

УДК 37.037.1:373.2.016

**Г. Н. Казаручик**

## **ГЕНДЕРНЫЙ ПОДХОД В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*В статье рассматриваются вопросы реализации гендерного подхода в физическом воспитании детей дошкольного возраста. Обосновывается необходимость учета анатомо-морфологических и физиологических особенностей мальчиков и девочек в процессе занятий физическими упражнениями. Проанализированы условия физического воспитания дошкольников с учетом гендерного аспекта в семьях. Приводятся данные эмпирического исследования, раскрывающие особенности развития физических качеств мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.*

Физическое воспитание дошкольника – органическая часть образовательного процесса в учреждении дошкольного образования, поскольку хорошее здоровье, развитое и укрепляемое в дошкольном возрасте, является фундаментом общего благополучия человека в будущем. От состояния здоровья зависит успешность процесса обучения и воспитания, уровень умственного развития ребенка и т.д. Чрезвычайно важным в данной связи представляется правильная организация физического воспитания, методика которого основывается на обязательном учете особенности и возможностей ребенка, включая гендерную компоненту развития ребенка.

В методологическом понимании, гендерный подход в педагогике – это методология анализа гендерных характеристик личности и педагогических аспектов межполовых отношений, которая дает возможность отойти от точки зрения о predeterminedности мужских и женских характеристик, ролей, статусов и жесткой фиксированности тендерных моделей поведения, она показывает личностные пути развития и самореализации, не ограниченные традиционными тендерными стереотипами [1].

Организация образовательного процесса в целом и физического воспитания дошкольников, в частности, в соответствие с гендерным контекстом требует обязательного учета особенностей и знания специфики анатомо-морфологических и физиологических особенностей ребенка, которые не являются определяющими характеристиками, а лишь предпосылками для развития различий психологического характера между мальчиками и девочками, которые подвержены влиянию социальных факторов (общественная среда, СМИ, ценностные установки, традиции данного общества и т.д.).

Данные многочисленных исследований указывают на различия в физическом развитии мальчиков и девочек дошкольного возраста

(Э.С. Вильчковский, Н.Б. Котелевская, Е.Г. Леви-Гореневская, М.А. Рунова, Т.П. Хризман и др.). Так, М.А. Рунова приводит следующие данные: средний объем двигательной активности мальчиков 5-6 лет в свободной деятельности составляет 2300 движений, девочек – 1370; мальчиков 6 лет – 2500, девочек – 2210; мальчиков 7 лет – 3275, девочек – 3040 [2, с. 143].

С учетом выделенных положений нами было организовано эмпирическое исследование, в котором приняли участие 48 дошкольников старших групп государственного учреждения дошкольного образования «Ясли-сад № 53 г. Барановичи», а также родители этих воспитанников. Дети были разделены на 2 группы: экспериментальную (ЭГ – 24 воспитанника: 13 мальчиков и 11 девочек) и контрольную (КГ – 24 воспитанника: 9 мальчиков и 15 девочек).

В ходе эмпирического исследования ставились следующие задачи:

1) рассмотреть особенности полоролевого поведения детей и полоролевого воспитания в семьях воспитанников старших групп;

2) сравнить уровень развития физических качеств мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста;

3) выявить двигательные предпочтения мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.

Для определения особенностей полоролевого поведения детей, участвующих в исследовании, а также особенностей полоролевого воспитания, нами было проведено анкетирование родителей. Вопросы анкеты в совокупности были направлены на определение наличия дифференцированного подхода родителей к воспитанию детей с учетом гендерного фактора.

Исходя из результатов анкетирования было установлено, что большинство детей воспитываются в полных семьях (75 %). На вопрос о количестве детей в семьях были получены следующие результаты: в 45 % семей один ребенок; 40 % семей воспитывают двух детей; 15 % семей воспитывают троих и более детей. Семьи, в которых воспитывается двое и более детей в основном имеют разнополых детей (85 %); 15 % родителей воспитывают детей одного пола.

Немаловажным фактором, накладывающим отпечаток на особенности воспитания ребенка, является личность родителя. Так, в анкете был задан вопрос о том, кто чаще всего в семье занимается воспитанием ребенка (детей). Было установлено, что в семьях преобладает феминное воспитание, поскольку в большинстве семей (62 %) воспитанием занимаются женщины (мама – 42 %; бабушка – 15 %; тетя – 5 %).

Становление полоролевого поведения ребенка во многом формируется под влиянием ряда факторов, одним из которых является обсуждение с ребенком физиологических различий между полами, внешними признаками пола и поведенческими особенностями, связанными с гендером. Родителям был задан вопрос о том, обсуждают ли они с ребенком вопросы различий полов. Были получены следующие ответы: более половины родителей не обсуждают вопросы половых различий с детьми, объясняя это тем, что дошкольный возраст не подходящее время для обсуждения половых различий (70 % респондентов); 15 % родителей отметили, что не обсуждают эти вопросы

намеренно, поскольку ребенок ни разу не интересовался вопросами пола; 10 % родителей регулярно обсуждают с детьми гендерные вопросы, объясняя разницу во внешности мужчин и женщин, их поведения и обязанностей, при этом опираясь на возраст ребенка и стараясь не перегружать его непонятными для него терминами; 5 % родителей отметили, что отвечают на вопросы ребенка о разнице между полами, но намеренно таких бесед с ребенком не ведут.

Для изучения особенностей поведения ребенка немаловажным является оценка родителями физической активности ребенка. Стереотипность физического поведения в отношении мужчин и женщин связана с укоренившимся в общественном сознании более женственным и спокойным поведением девочки и женщины, тогда как мальчики и мужчины отличаются более высокой физической активностью. Вместе с тем, уровень физической активности и гендер не всегда связаны. Девочки могут быть очень активны, а мальчики – пассивны. Нами был задан вопрос об оценке родителями уровня физической активности их детей.

Можно отметить, что в целом, родители практически на одинаковом уровне оценивают высокую активность своих детей – и мальчиков, и девочек. Существуют небольшие различия в оценке чрезмерной активности детей – родители отмечают более высокую чрезмерную активность мальчиков, по сравнению с девочками. Родители отмечают, что и мальчики, и девочки имеют практически одинаковые показатели малоподвижности и зависимости уровня физической активности в зависимости от настроения.

Зачастую, фактор пола ребенка влияет на особенности его воспитания. Так, мы поинтересовались, учитывают ли родители половую принадлежность ребенка при выборе для него занятий. Были получены следующие ответы: 55% родителей подбирают занятия ребенку с учетом гендерного фактора: так, для мальчиков выбирают спортивные занятия (хоккей, футбольные секции, единоборства), для девочек – танцы, художественную гимнастику, вокал, музыкальная школа и т.д. 20 % родителей при выборе занятий ориентируются на нужность приобретаемых знаний в будущем (английский язык, программирование); 15 % стремятся выбрать занятия, которые выбирает их ребенок; 5 % в процессе выбора занятий для ребенка опираются на возможности и таланты ребенка.

Исходя из представленных результатов ответов родителей отметим, что между видами предпочитаемой активности мальчиков и девочек практически не существует различий. Дети на практически равном уровне интересуются спортивными играми и рисованием, чтением, прослушиванием музыки и настольными играми. Выделить непосредственно виды активности, предпочитаемые исключительно девочками или мальчиками, не представляется возможным.

Особенности полоролевого поведения ребенка во многом обусловлены особенностями семейного воспитания, включая подходы родителей к воспитанию ребенка. Нами был задан вопрос о том, используют ли родители

различные подходы к воспитанию ребенка с учетом его пола. Более 65 % родителей ответили, что используют различные подходы для воспитания мальчиков и девочек, отмечая, что проявляют больше лояльность по отношению к девочкам, тогда как сыновей воспитывают строже; 20 % родителей отметили, что воспитывают одинаково детей обоего пола, замечая, что применяют к ним одинаковые меры поощрения и наказания; 10 % респондентов отметили, что дети нуждаются в различных подходах к воспитанию, т.е. в девочках нужно воспитывать хозяйственность и женственность, а в мальчиках силу и мужество; 5 % родителей затруднились ответить на данный вопрос. Вместе с тем, некоторые родители отмечали, что воспитание разнополых детей необходимо корректировать, не допуская при этом стереотипных гендерных стратегий. Так, некоторые родители стараются не воспитывать в детях исключительно мужского или женского поведения, не различают детей при выполнении домашних обязанностей и т.д.

Подводя итоги анкетирования отметим, что для большинства семей характерно феминное воспитание, поскольку в основном воспитанием детей занимаются женщины. Большинство родителей не обсуждают с детьми вопросы полов, считая эти разговоры ранними для дошкольного возраста. Большинство родителей девочек и мальчиков одинаково оценивают физическую активность детей, что позволяет говорить об отсутствии тесной связи гендерного фактора и предпочитаемой физической активности ребенка. Предпочитаемые виды деятельности и мальчиков и девочек практически не различаются – дети обоих полов на одинаковом уровне занимаются различными видами деятельности, включая активные и требующие усидчивости занятия. Большинство родителей используют различные подходы к воспитанию мальчиков и девочек, лояльнее относясь к поведению девочек и предпочитая строгость в воспитании мальчиков.

На основании полученных результатов анкетирования отметим, что особенности полоролевого поведения детей дошкольного возраста в целом формируются под влиянием ближайшего окружения, которым является семья ребенка. Большинство родителей не реализуют в полной мере полоролевого воспитания ребенка, при этом формируя у детей во многом стереотипные формы поведения, выбирая для них занятия на основании существующих гендерных стереотипов, а не возможностей и интересов ребенка, применяя к ним дифференцированные формы воспитания, при которых девочки получают больше заботы и внимания, а часто попустительского отношения к проступкам, тогда как мальчики воспитываются в строгости; не удовлетворяют интерес ребенка к вопросам пола и т.д.

Далее было проведено обследование уровня развития физических качеств детей с помощью стандартных тестов.

Результаты, представленные в таблице 1, свидетельствуют о том, что большинство дошкольников в ЭГ показали средний уровень развития равновесия. Так, у девочек в большей степени развиты навыки сохранения



равновесия и управления своим телом, тогда как для большинства мальчиков характерен низкий уровень управления и балансировкой тела в пространстве.

Таблица 1 – Уровень развития равновесия у старших дошкольников ЭГ

| Уровни        | Констатирующий этап |             | Контрольный этап |             |
|---------------|---------------------|-------------|------------------|-------------|
|               | Мальчики (%)        | Девочки (%) | Мальчики (%)     | Девочки (%) |
| Высокий       | 5                   | 10          | 10               | 16          |
| Выше среднего | 10                  | 15          | 14               | 28          |
| Средний       | 25                  | 40          | 27               | 38          |
| Ниже среднего | 45                  | 25          | 32               | 20          |
| Низкий        | 15                  | 10          | 12               | 8           |

Отметим, что в КГ (см. таблицу 2) девочки продемонстрировали более высокие показатели по тесту равновесия, входящего в группу координационных способностей. Различия между мальчиками и девочками по данному тесту заключаются в том, что девочки лучше управляют собственным телом в пространстве, сохраняя статику позы.

Таблица 2 – Уровень развития равновесия у старших дошкольников КГ

| Уровни        | Констатирующий этап |             | Контрольный этап |             |
|---------------|---------------------|-------------|------------------|-------------|
|               | Мальчики (%)        | Девочки (%) | Мальчики (%)     | Девочки (%) |
| Высокий       | 10                  | 12          | 10               | 12          |
| Выше среднего | 13                  | 17          | 13               | 18          |
| Средний       | 22                  | 40          | 27               | 41          |
| Ниже среднего | 30                  | 23          | 30               | 21          |
| Низкий        | 25                  | 8           | 20               | 8           |

В целом, по итогам проведения теста на оценку координационных способностей дошкольников на констатирующем этапе был сделан вывод, что существует объективная необходимость развития координационных способностей и у девочек, и у мальчиков.

В ходе реализации исследования было установлено, что значимых различий между детьми ЭГ и КГ в уровне развития скоростно-силовых качеств нет. Но есть различия между мальчиками и девочками. Так, уровень выше среднего в ЭГ продемонстрировали 12 % мальчиков и 9 % девочек, средний – 58 % мальчиков и 43 % девочек, ниже среднего – 20 % мальчиков и 25 % девочек, низкий 10 % мальчиков и 13 % девочек. В КГ уровень выше среднего показало примерно такое же количество воспитанников, что и в ЭГ: 12 % мальчиков и 10 % девочек. Средний уровень выявлен у 56 % мальчиков и 48 % девочек, ниже среднего – у 21 % мальчиков и 26 % девочек, низкий – у 11 % мальчиков и 16 % девочек. Таким образом, мы видим, что мальчики обеих групп демонстрируют более высокий уровень развития скоростно-силовых качеств, а девочки – более низкий, что соответствует их физиологическим особенностям.

Результаты исследования показали, что мальчики более выносливы. Так, высокий уровень выносливости отмечен у 12 % мальчиков ЭГ и КГ и у 9 % девочек ЭГ и КГ. Низкий же уровень зафиксирован у 21 % мальчиков ЭГ и КГ, 25 % девочек ЭГ и 23 % девочек КГ. Сильные мышцы спины выявлены у 17 % мальчиков и 14 % девочек ЭГ, 21 % мальчиков и 16 % девочек КГ. Слабость мышц спины отмечена у 12 % мальчиков и 20 % девочек ЭГ, 14 % мальчиков и 25 % девочек КГ.

Установлено, что уровень гибкости выше у девочек и ЭГ, и КГ, чем у мальчиков (см. рисунки 1 и 2).

В результате тестирования уровня развития ловкости у дошкольников в ЭГ (см. рисунок 3) был зафиксирован общий средний уровень развития ловкости дошкольников. На уровне гендерных различий были отмечены существенные разрывы в показателях высокого уровня развития ловкости: так, мальчики демонстрируют более высокий уровень развития ловкости чем девочки.



Рисунок 1 – Уровень сформированности гибкости у дошкольников ЭГ

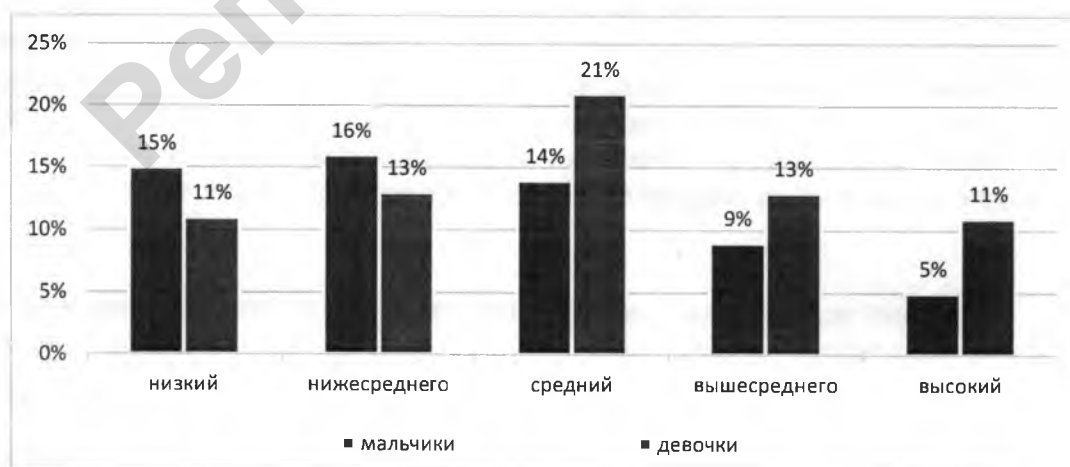


Рисунок 2 – Уровень сформированности гибкости у дошкольников КГ

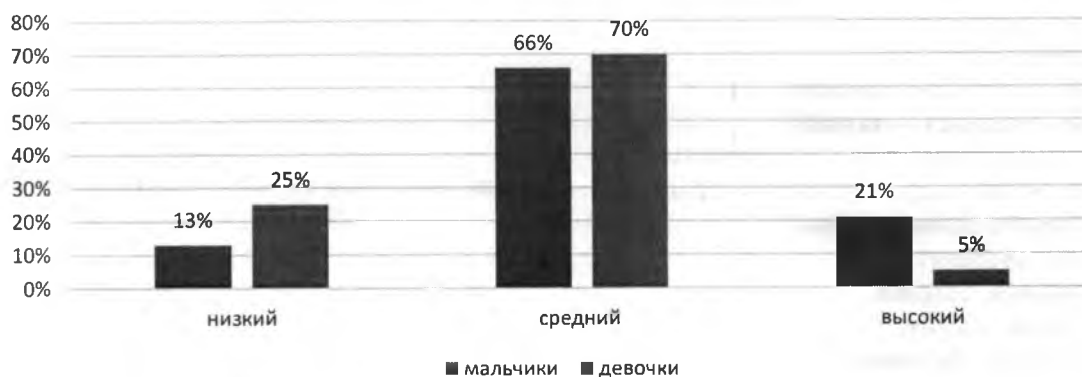


Рисунок 3 – Показатели уровня развития ловкости дошкольников в ЭГ

Также, как и в ЭГ, в КГ (см. рисунок 4) было зафиксировано наличие различий в показателях развития ловкости у девочек и мальчиков. Так, мальчики обладают более развитой ловкостью, которая позволяет им на высоком уровне выполнять ряд сложных технических движений, быть успешнее в спортивных играх. В целом, полученные результаты тестирования уровня развития ловкости у дошкольников определяют необходимость более внимательного отношения к развитию ловкости дошкольников.

Диагностика физических качеств показала, что существуют различия между мальчиками и девочками в развитии выносливости, гибкости, равновесия и ловкости. В результате наблюдений за действиями детей было выявлено, что у девочек движения скоординированы лучше, чем у мальчиков.

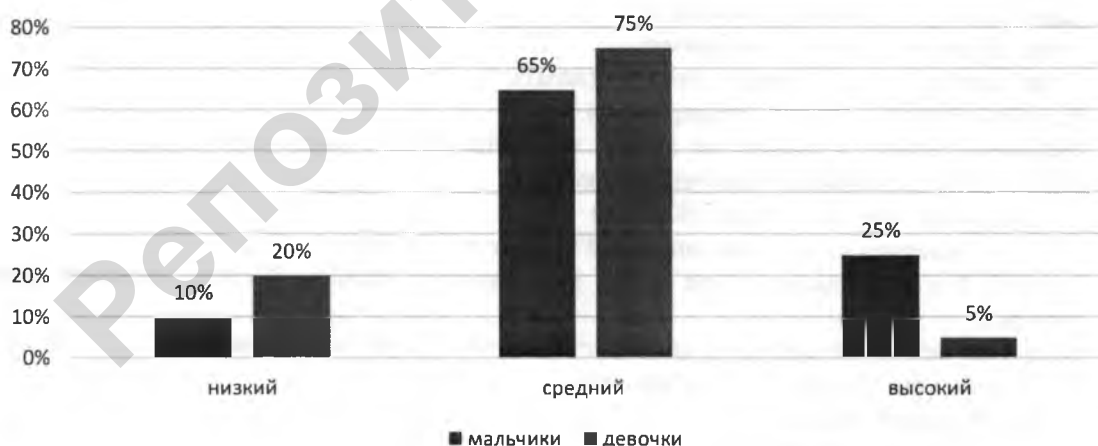


Рисунок 4 – Показатели уровня развития ловкости дошкольников в КГ

Девочки, в отличие от мальчиков сохраняют прямолинейность в движении на дистанции, с легкостью чередуют движения по указанию учителя, что свидетельствует о зрелости координационных механизмов, соответствии возрастной норме развития. Мальчикам сложнее чередовать движения,

сохранять баланс тела, они совершают множество лишних движений, не всегда способны сохранить нужную траекторию движения.

Полученные в ходе исследования результаты свидетельствуют о необходимости проведения целенаправленной педагогической деятельности по развитию двигательных качеств дошкольников с учетом гендерного фактора. Поэтому нами была разработана программа физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в условиях реализации гендерного подхода, включающая четыре раздела.

В *первом разделе* представлен план совместных физкультурных занятий детей дошкольного возраста с учетом их гендерных особенностей. Занятия проводятся два раза в месяц, но часть заданий для девочек и мальчиков имеют отличия. Во *втором разделе* раскрывается организация отдельных физкультурных занятий у мальчиков и девочек, которые проводятся 1 раз в две недели. На этих занятиях дети обучаются упражнениям, требующим разных методических подходов и занимаются теми видами деятельности, которые вызывают интерес у данной группы детей. В *третьем разделе* представлено планирование физкультурных досугов, эстафет, сюжетных и тематических игр, проводимых 1 раз в месяц. В *четвертом разделе* описываются особенности совместной деятельности педагогов и родителей по физическому воспитанию дошкольников. Занятия детей с родителями проводятся 1 раз в два месяца.

Описанная программа реализуется с детьми старшего дошкольного возраста ЭГ. После апробации данной программы будет проведено повторное изучение сформированности физических качеств у мальчиков и девочек и разработаны методические рекомендации педагогам по организации физического воспитания дошкольников в условиях реализации гендерного подхода.

### Список использованной литературы

1. Багнюк, И. В. Воспитание гендерной культуры / И. В. Багнюк // Народная асвета. – 2017. – № 3. – С. 87–91.
2. Рунова, М. А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5–7 лет / М. А. Рунова. – М. : Просвещение, 2014. – 193 с.

УДК 796+377/614.8.084

**А. В. Ключников, В. Г. Гавриловец, А. Г. Нарскин**

### **ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ КУРСАНТОВ 1-ГО КУРСА УНИВЕРСИТЕТА ГРАЖДАНСКОЙ ЗАЩИТЫ МЧС БЕЛАРУСИ**

*Статья посвящена исследованию уровня физической подготовленности курсантов, поступающих на 1 курс Университета гражданской защиты МЧС Беларуси. По итогам проведения трех контрольных испытаний установлена многолетняя динамика результатов*