

4. Rapoport, I.K. and, Sukhareva, L.M. (2019), “Eleven-year longitudinal observation: the prevalence and course of functional deviations and chronic diseases in Moscow schoolchildren”, *Problems of school and university medicine and health*, Vol. 1, pp. 19–27.

5. Stepanova, M.I., Sazanyuk, Z.I., Laponova, E.D. and Lashneva, I.P. (2013), “Computer employment as a risk factor for health disorders in primary schoolchildren”, *Russian Pediatric Journal*, Vol. 3, pp. 43–47.

6. Sukhareva, L.M., Rapoport, I.K. and Polenova, M.A. (2014), “The state of health of Moscow schoolchildren and factors influencing its formation (longitudinal study)”, *Public health and environment*, Vol. 252, No. 3, pp. 28–30.

7. Sukharev, A.G. (2009), *Educational environment and student health. Scientific and methodological manual*, МОО, Moscow.

8. Sukhareva, L.M. (2015), “Actual problems of hygiene and health protection of children and adolescents in the development of the scientific platform “Preventive environment””, *Problems of school and university medicine and health*, Vol. 3, pp.10–12.

9. Khramtsov, P.I., Sedova, A.S., Berezina, N.O. and Vyatleva, O.A. (2015), “Medical-pedagogical and neurophysiological prerequisites for the formation of students' motivation to engage in physical culture”, *Hygiene and sanitation*, Vol. 1, pp. 86–91.

10. Khramtsov, P.I. (2019), “Conceptual and methodological foundations for the diagnosis and prevention of disorders and diseases of the musculoskeletal system in children in educational institutions”, *Problems of school and university medicine and health*, Vol. 1, pp. 49–57.

Контактная информация: pikhrantsov@gmail.com

Статья поступила в редакцию 26.07.2021

УДК 371.71

ФОРМИРОВАНИЕ БАЗОВОГО КОМПОНЕНТА ЛИЧНОСТНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ

Нана Ахмедовна Цеева, кандидат педагогических наук, доцент, Нафсет Асхадовна Корохова, кандидат социологических наук, доцент, заведующая кафедрой, Виктория Петровна Шрам, кандидат педагогических наук, доцент, заместитель директора по учебной работе, Николай Григорьевич Ишков, старший преподаватель, Адыгейский государственный университет, Майкоп

Аннотация

В статье определяется содержание структурных компонентов базовой физической культуры: коммуникативного, ценностно-ориентировочного, самодетерминирующего, деятельностного и выявлен уровень сформированности компонентного состава, что необходимо при управлении и самоуправлении учебной деятельностью студентов. Авторы выявили отношение студентов к учебным действиям и к учебной дисциплине «Физическая культура», выбрав различные варианты ответа из нескольких предложенных. С помощью контрольных упражнений-тестов определены показатели физической подготовленности обследуемых студентов. Систематическое и регулярное выполнение специальных и корректирующих упражнений увеличивает объем движений в суставах, укрепляет мышцы и связки, участвующие в работе, улучшает координацию движений и гибкость.

Ключевые слова: компоненты, студенты, специальная медицинская группа, базовая физическая культура, физическая культура личности.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p387-392

FORMATION OF THE BASIC COMPONENT OF PERSONAL PHYSICAL CULTURE OF STUDENTS ENGAGED IN THE SPECIAL MEDICAL GROUP

Nana Akhmedovna Tseeva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Nafset Ashkhadovna Korokhova, the candidate of sociological sciences, senior lecturer, department

chair, Victoria Petrovna Shram, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Deputy Director for Academic Affairs, Nikolay Grigorevich Ishkov, the senior teacher, Adyghe State University, Maykop

Abstract

The article defines the content of the structural components of basic physical culture: communicative, value-oriented, self-determining, activity-based, and reveals the level of formation of the component composition, which is necessary for the management and self-management of students' educational activities. The authors identified the students' attitude to educational activities and to the academic discipline "Physical Culture", choosing different answer options from several suggested ones. With the help of control exercises-tests, the indicators of physical fitness of the examined students were determined. Systematic and regular performance of special and corrective exercises increases the volume of movement in the joints, strengthens the muscles and ligaments involved in the work, improves coordination of movements and flexibility.

Keywords: components, students, special medical group, basic physical culture, physical culture of the individual.

ВВЕДЕНИЕ

Тенденция ухудшения здоровья подрастающего поколения наблюдается еще в школе, а к окончанию школы у трети выпускников имеются два, а то и три диагноза. По причине плохого здоровья таких детей полностью освобождают от физической культуры, или же переводят в подготовительную и специальную медицинскую группу, где занимаются по облегченной программе. В результате чего они не постигают базовых ценностей физической культуры [1].

Базовая физическая культура – это основа общегосударственного стандарта образовательной подготовки подрастающего поколения в сфере физической культуры. Овладение базовыми основами необходимо и обязательно для каждого, независимо от того, чем он хочет заниматься в будущем.

Особенно важно формировать базовую физическую культуру личности у студентов, которые занимаются в специальных медицинских группах, так как они должны противодействовать негативным последствиям имеющегося заболевания. Более того, процесс формирования базового уровня физической культуры (овладение ценностями, средствами, методами и методиками и др.) обеспечить реализацию задачи самостоятельной реабилитации и укреплению здоровья.

Цель исследования. Определить содержание структурных компонентов базовой физической культуры и выявить исходный уровень сформированности базового компонента личностной физической культуры студентов, занимающихся в специальных медицинских группах.

Методы исследования. Используя анкету «Заинтересованность занятиями физической культурой», выяснили отношение студентов к учебной дисциплине «Физическая культура» и к учебной деятельности, выбрав различные варианты ответов из нескольких предложенных. Выявлен уровень сформированности компонентов учебной деятельности (целеполагание, решение учебных задач, выполнение учебных занятий, выполнение действий по самоконтролю и самооценке), что необходимо при управлении и самоуправлении учебной деятельностью студентов. С помощью контрольных упражнений-тестов определены показатели физической подготовленности обследуемых студентов.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Исследование проводилось на кафедре физического воспитания Адыгейского государственного университета (АГУ), в котором приняли участие 50 студентов от 18–22 лет, по состоянию здоровья занимающихся в специальных медицинских группах. С ними проводилась беседа о необходимости и полезности в ежедневной двигательной активно-

сти и значимости правильной техники выполнения упражнений для профилактики заболеваний. Давали методические рекомендации по правилам выполнения физических упражнений (без рывков, перенапряжений и болевых ощущений, упрощая исходные и конечные положения).

В содержание занятий были включены следующие блоки: целеполагания и постановки задач; теоретической и методической подготовки; общеразвивающих упражнений; коррекционных физических упражнений; коррекции самооотношения [2].

Каждое занятие включало компоненты всех блоков. В свою очередь, каждый из этих блоков содержал частные элементы: физические упражнения, направленные на развитие определенного физического качества; на двигательную реабилитацию нарушенных вследствие заболевания функций организма; на развитие выносливости через совершенствование функциональных возможностей организма; корригирующие упражнения.

При составлении упражнений соблюдались основные правила. Упражнения должны быть доступными, соответствовать возрасту, физической подготовленности и характеру заболевания занимающихся студентов. Выбранные упражнения должны были оказывать не только разностороннее воздействие на различные части тела, но и специальное направленное воздействие на восстановление функций, выполняться с различной скоростью, в различных направлениях, исходных положениях и с разным характером мышечных усилий. Комплекс дыхательных упражнений включался во все части занятия и был разработан таким образом, чтобы их сложность и дозировка постепенно возрастали от занятия к занятию.

Практика показывает, что в физическом воспитании студентов занимающихся в специальных медицинских группах, применяются упражнения преимущественно циклического характера, направленные на улучшение функциональных возможностей организма, а также общеразвивающие и корригирующие упражнения, направленные на коррекцию патологических деформации [4].

Эти упражнения относительно просты по координационной структуре и не требуют специальной подготовки и времени на освоение техники их выполнения. Студенты, как правило, осваивают выполнение этих упражнений и в процессе целенаправленно используют их для улучшения функциональных возможностей организма.

Определяя уровень сформированности коммуникативного и гностического компонентов базовой физической культуры личности студентов, оценивались такие характеристики, как соответствие объема знаний программным требованиям; умение применять знания в нестандартных ситуациях; способность студента обобщать учебные действия, составлять логические цепочки и связи данного действия с выполнением основных видов движений [3].

В характеристике ценностно-ориентировочного компонента базовой физической культуры рассматривались такие аспекты, как отношение студентов к изучаемому предмету; интерес к занятиям физической культурой; совокупность устойчивых мотивов; самостоятельность в постановке новых познавательных целей; потребность в достижении успеха в любой деятельности; ценностные ориентации на занятиях физической культурой.

В характеристике самодетерминирующего компонента базовой физической культуры рассматривались такие аспекты, как способность студентов выполнять действия по самоконтролю и самооценке; видение целесообразности своих действий, происходящих в определенной форме учебной деятельности; видеть и понимать себя в различных социальных позициях и ролях.

Эффективность деятельностного компонента определяется в результате изменения уровня физического развития, физической подготовленности, а также путем выявления отношения к физическим упражнениям.

В начале учебного года наблюдения за действиями и реакциями студентов во время практических занятий привели к выводу, что способность студентов планировать и организовывать самостоятельную деятельность, развита недостаточно. Отсутствуют умения анализировать и обобщать материал, сравнивать, выделять главное для изучаемого двигательного действия, делать из простых более сложные двигательные действия, а выполнение действий самоконтроля и самооценки вызывает затруднения.

Анализ результатов анкеты «Заинтересованность занятиями физической культурой в вузе» показал, что только 35,4% от числа опрошенных считают физическую культуру необходимым предметом, а 27,4% полагают, что знания по физической культуре пригодятся им в будущей профессиональной деятельности. Во всех видах учебной деятельности видят смысл 22,6%, часто интересуются ею 27,5%, иногда 49,9%. Хотят повышать физическую подготовку 35,4% студентов, слабое здоровье не позволяет заниматься 27,7%, в то время как активными болельщиками, стремящимися быть в курсе спортивных событий, считают себя 72,5% студентов.

Интерес к спорту как к зрелищу, наблюдающийся у большей части испытуемых, может стать предпосылкой перехода от позиции зрителя к роли активного участника тех или иных соревнований с учетом двигательных и функциональных возможностей занимающихся.

Небольшое количество студентов (9,6%) ставит перед собой цели. Доминирующими являются цели, связанные с информативной стороной занятий (получить новую информацию), в лучшем случае – глубже понять новый материал или извлекать из занятий что-то полезное для себя.

Действия по самоконтролю и самооценке своей деятельности практически не осуществляют 16,5% студентов, правильность выполнений упражнений – 22,6% студентов. Редко оценивают свою работу на занятиях 60,9% студентов.

После внедрения и реализации предложенного содержания учебной деятельности нами были получены следующие результаты: заинтересованы занятиями физической культурой 87,5%; считают физическую культуру необходимым предметом 81,2% от числа опрошенных студентов. Значительным числом оказалось число студентов (71,8%), которые полагают, что знания по физической культуре пригодятся в будущей профессиональной деятельности для сохранения и укрепления здоровья.

Во всех видах учебной деятельности по физической культуре видят смысл 41,6% студентов, часто интересуются ею 38,5%, иногда – 19,9%.

Хотят заниматься физическими упражнениями и повышать уровень физической подготовленности 75% студентов; слабое здоровье не позволяет заниматься 15,6%, в то время как активными болельщиками считают себя 84% студентов. При этом существенно увеличилось количество студентов, которые при постановке целей занятий ставят перед собой такие цели (59,3%), как «научиться размышлять над поставленными проблемами» и «научиться извлекать из каждого практического занятия что-то полезное для себя».

Большинство участников (81,2%), стали применять действия самоконтроля и самооценки в своей деятельности, которые заключаются в самостоятельном исправлении ошибок без указания преподавателя в ходе выполнения упражнений. Практически все студентки стали оценивать свою работу на занятиях (93%).

С помощью контрольных упражнений-тестов определены показатели физической подготовленности обследуемых студентов. Систематически и регулярно выполняемые специальные и корригирующие упражнения увеличили объем движений в суставах, укрепили мышцы и связки участвующие в работе, улучшилась координация движений и гибкость:

– показатели силовой выносливости мышц плечевого пояса и рук у студентов достоверно возросли, если в начале учебного года составляло в среднем $7,0 \pm 1,7$ раз, то по окончании – $12,5 \pm 1,2$; ($P < 0,01$);

- показатели силовой выносливости мышц живота в начале составляло $7,1 \pm 1,5$ раз, по окончании $10,3 \pm 2,0$; ($P > 0,05$);
- показатели силовой выносливости мышц спины в начале составляло $20,1 \pm 1,8$ раз, по окончании $25,6 \pm 1,3$; $P < 0,05$;
- показатели гибкости достоверно возросли с $9,02 \pm 2,1$ до $14,8 \pm 2,4$ см ($P < 0,05$).

ВЫВОДЫ

Для достижения высокого уровня сформированности компонентного состава базовой физической культуры, студенты стали отмечать высокую взаимосвязь и взаимодействие способов деятельности, самоконтроля и самооценки, которые заключаются в самостоятельном исправлении ошибок без указания преподавателя в ходе выполнения упражнений. Практически все студентки стали оценивать свою работу на занятиях, осуществлять самостоятельно самокоррекцию собственной деятельности в соответствии с требованиями. Отмечается достаточная сформированность умений анализировать целесообразность своих действий, протекающих в определенной форме учебной деятельности; видеть и понимать себя во множестве социальных ролей и позиций. При этом существенно увеличилось количество студенток, которые ставят перед собой такие цели, как «научиться размышлять над поставленными проблемами» и «научиться извлекать из каждого практического занятия что-то полезное для себя».

Студенты осознают значимость двигательной активности для сохранения и укрепления здоровья. В процессе физического воспитания у них сформировалось положительное отношение к физической культуре. Это подтверждается значительным числом опрошенных студентов, которые считают физическую культуру необходимым предметом и что знания по физической культуре пригодятся им в будущей профессиональной деятельности. Систематически и регулярно выполняемые специальные, корригирующие упражнения позволяют, увеличить объем движений в суставах, укрепляют мышцы, и связки участвующие в работе при этом существенно улучшаются показатели координации движений и гибкость.

ЛИТЕРАТУРА

1. Чермит К.Д. Формирование базовой физической культуры как ресурса сохранения здоровья участников образовательного процесса / К.Д. Чермит // *Здоровьесберегающее образование. Научно-практический журнал.* – 2010. – №1. – С. 88–91.
2. Базовая физическая культура студенток специальных медицинских групп / Н.А. Цеева, О.О. Ельников, М.Ю. Мирза, Ю.Б. Тхакумачева, З.И. Чунтыжева // *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3. Педагогика и психология.* – 2017. – №4 (208). – С 184–189.
3. Цеева Н.А. Сформированность компонентного состава базовой физической культуры в специальных медицинских группах. Физическая культура и спорт, Безопасность жизнедеятельности. / Н.А. Корохова, М.Ю. Мирза // *Материалы круглого стола ИФК и дзюдо АГУ.* – Майкоп : Изд-во АГУ, 2018. – С. 87–89.
4. Особенности занятий со студентами СМГ в рамках учебных занятий / С.П. Шепель, Т.И. Макаренко, Е.Ю. Внукова, Е.Г. Михальченко // *Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт.* – 2018. – № 1. – С. 107–114.

REFERENCES

1. Chermit, K.D. (2010), "Formation of basic physical culture as a resource for preserving the health of participants in the educational process", *Zdorovyeberegayushee obrazovanie. Scientific and practical journal*, No. 1, pp. 88–91.
2. Tseeva N.A., Elnikova, O.O., Mirza, M.Yu., Tkhakumacheva, Yu.B. and Chuntzyzheva, Z.I. (2017), "Basic physical culture of students of special medical groups" *Bulletin of the Adygea State University. Series 3. Pedagogy and psychology*, Vol. 208, No 4, pp. 184–189.
3. Tseeva, N.A., Korohova, N.A. and Mirza, M.Yu. (2018), "Formation of the component composition of basic physical culture in special medical groups", *Physical culture and sports, Life safety. Ma-*

terials of the round table of the IFK and judo ASU, Maykop, pp. 87–89.

4. Shepel, S.P., Makarenkova, T.I., Vnukova, E.Yu. and Mikhalchenko, E.G. (2018), “Features of classes with SMG students in the framework of training sessions”, *Izvestiya Tula State University. Physical Culture. Sports*, No. 1, pp. 107–114.

Контактная информация: nana.tseeva@mail.ru

Статья поступила в редакцию 01.07.2021

УДК 796.323.2

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ В ПОДГОТОВКЕ ДЕТЕЙ К ЗАЧИСЛЕНИЮ В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА БАСКЕТБОЛ В СПОРТИВНЫХ ШКОЛАХ

Илья Павлович Чернов, старший преподаватель, Ян Юрьевич Хомичев, кандидат педагогических наук, директор института, Elizaveta Vadimovna Ryndovskaya, преподаватель, Сибирский государственный индустриальный университет, Новокузнецк

Аннотация

В статье рассмотрена практика и современная тенденция специализированных занятий баскетболом детей в раннем возрасте и их соревновательная деятельность. Целью исследования является поиск путей улучшения отбора детей в группы начальной подготовки в спортивные школы по виду спорта баскетбол. Основными задачами исследования являются анализ системы соревнований и действующих федеральных стандартов, разработка рекомендации по набору баскетболистов в спортивно-оздоровительные группы, мониторинг показателей их физических качеств в тренировочном процессе с последующим зачислением в группы начальной подготовки. В результате исследования была собрана обещающая информация о ранней специализации юных спортсменов и выдвинуто предложение о необходимости модернизации и усовершенствовании системы отбора юных спортсменов перед зачислением их в группы начальной подготовки на основе проведённого анализа тренировочных программ и мониторинга развития 6-8 летних баскетболистов. Сделана попытка разработки рекомендации по селективному делению баскетболистов на группы исходя из развития физических способностей, фактора биологического роста и проявления интереса юных спортсменов к виду спорта баскетбол.

Ключевые слова: спортивно-оздоровительная группа, группа начальной подготовки, соревновательная и тренировочная деятельность, баскетбол, тренировочная программа.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p392-395

SOME ASPECTS OF PREPARING CHILDREN FOR ENROLLMENT TO THE PRIMARY TRAINING GROUPS OF BASKETBALL IN SPORT SCHOOLS

Ilya Pavlovich Chernov, the senior teacher, Yan Yurievich Khomichev, the candidate of pedagogical sciences, director of the institute, Elizaveta Vadimovna Ryndovskaya, the teacher, Siberian State Industrial University, Novokuznetsk

Abstract

The article discusses the practice and the modern trend of specialized basketball training of young players and their competition activity. The purpose of study is finding the ways of improving of selection of young basketball players for enrollment to the primary training groups in sport schools. The main objectives of the study are the analysis of the competition system and current federal standards, developing recommendation of selection of young basketball players to sport-wellness groups, monitoring of their physical conditions during the training process with subsequent enrollment to the primary training groups. As a result of the research, general information was collected on early specialization of young athletes. The proposal of modernization and improvement of the selection system for enrollment to the primary training groups has been made based on the analysis of training programs and monitoring of development of 6-8 years old basketball players. An attempt was made to develop a recommendation for selection of basket-