

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Уфимский государственный нефтяной технический университет»**



**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**PHYSICAL CULTURE AND SPORTS
IN THE HIGHER EDUCATION SYSTEM**

Материалы V Международной научно-методической конференции

Том 1

**ОРГАНИЗАЦИЯ, ПРОБЛЕМЫ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА
НА КАФЕДРАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗАХ**

15 марта 2017 года

**Уфа
Издательство УГНТУ
2017**

УДК 796
ББК 75.4
О 72

Редколлегия:

*Н.А. Красулина (отв. редактор)
А.В. Греб (редактор)
Е.В. Прохорова (редактор)
О.С. Маркешина (отв. секретарь)*

Физическая культура и спорт в системе высшего образования: материалы
V Междунар. науч.-метод. конф в 2 т. Т. 1. Организация, проблемы и
О 72 методические основы учебного процесса на кафедрах физического
воспитания в вузах/ редкол.: Н.А. Красулина и др. - Уфа: Изд-во УГНТУ,
2017.- 319с.

ISBN 978-5-7831-1457-1

Т.1

ISBN 978-5-7831-1458-8

Представлены материалы V Международной научно-методической конференции «Физическая культура и спорт в системе высшего образования» для сотрудников, преподавателей, научных работников вузов России и зарубежья. В сборнике отражены результаты научно-исследовательской и методической работы. В материалах конференции представлены актуальные проблемы учебного процесса на кафедрах физического воспитания и на кафедрах физической культуры и спорта в вузах и рассматриваются способы их решения, проводится анализ особенностей внедрения ВФСК ГТО в стране, а также статистика и мотивационные направления олимпийского движения.

УДК 796
ББК 75.4

ISBN 978-5-7831-1458-8 (т.1)
ISBN 978-5-7831-1457-1

© ФГБОУ ВО «Уфимский
государственный нефтяной
технический университет», 2017
© Коллектив авторов, 2017

Касько В.А., Устинович Д.Н.

Внедрение электронного учебно-методического обеспечения занятий при нарушениях осанки	129
--	-----

Кац Н.А., Козлова Л.И.

Методология планирования для курса физическая культура. Цели, задачи, перспективы	134
--	-----

Красулина Н.А., Прохорова Е.В., Валеева Е.Д.

Некоторые аспекты отношения студентов Уфимского государственного нефтяного технического университета к употреблению биологически активных добавок как фактор адаптации и здоровья студентов	137
---	-----

Криулина Р.Н., Туголуков А.М., Халилова З.Р.,**Смирнова А.П., Шабрин Н.В.**

Формирование толерантности у студентов на занятиях физической культуры.....	140
--	-----

Крылов В.М., Крылова С.В.

Развитие ценности здоровьесбережения у студентов на занятиях оздоровительным бегом	144
---	-----

Лапицкая Л.А.

Оздоровительная ходьба и бег для студентов специального медицинского отделения, проживающих в регионе с неблагоприятными факторами экологии	149
---	-----

Лиханов Д.Д., Валиулин Д.М., Панькина Т.Л.

Проблемы профессионально-прикладного физического воспитания студентов экономических специальностей	153
---	-----

Лукманова И.И., Малушко О.А.

Лечебная физкультура для студентов при деформации грудной клетки.....	159
--	-----

Малушко О. А., Зайнулина А.Р.

Особенности организации и влияние самостоятельных занятий на физическую подготовленность студентов	163
---	-----

Махов А.А., Марков Н.С., Приходько Н.О.

Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов как важный элемент системы развития личности выпускника высшей школы.....	167
---	-----

Метелица А.Н.

Сущность, структура и содержание потребностно-мотивационной сферы физической культуры студента	173
---	-----

Мякишева О.И., Прохорова Е.В.

Анализ влияния внедрения норм ГТО в учебный процесс	178
---	-----

Насибуллина Д.М., Насибуллин Т.Р.

Современная физкультурно-оздоровительная система на занятиях физической культурой со студентами с ослабленным здоровьем	181
--	-----

Никитина Ю.Н., Севрюков Н.Н.

Специфика занятий физической культурой при миопии	186
---	-----

играм. «Особенности организации физкультурно-оздоровительной деятельности в вузах на современном этапе социально-политического развития России». УГНТУ – Уфа, 2016. – С. 225–229.

11 Туголуков А.М., Криулина Р.Н. Подвижные и спортивные игры как средство физического воспитания. Международная научно-методическая конференция. Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в вузах. Москва-Уфа:Изд-во РГУНГ,2014. С.205-208.

УДК 796.011.3

**ВНЕДРЕНИЕ ЭЛЕКТРОННОГО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО
ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПРИ НАРУШЕНИЯХ ОСАНКИ**

INTRODUCTION OF ELECTRONIC TRAINING
AND METHODOLOGICAL FACILITIES OF CLASSES AT POSTURAL
DISORDERS

Касько В.А., Устинович Д.Н.

**Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка, Минск, Беларусь**

Kasko V. A., Ustinovich D. N.,

Belarusian state pedagogical University named after M. Tank,
Minsk, Belarus

valentina.kasko@tut.by

Аннотация. В статье рассматривается структура электронного учебно-методического обеспечения занятий по физической культуре при нарушениях осанки, которое содержит теоретические данные и методики по коррекции и профилактике нарушения осанки.

Ключевые слова: нарушения осанки, физическая культура, физическое воспитание, упражнения, электронные образовательные ресурсы.

Abstract. The article describes the structure of electronic educational-methodical facilities of physical training in disorders of posture, which contains theoretical data and methods for the correction and prevention of postural disorders.

Keywords: posture, physical culture, physical education, exercises, e-learning resources.

Основные задачи развития современного образования неразрывно связаны с переходом управления процессом обучения на новый технологический уровень, предусматривающий использование современных информационных технологий, которые позволяют повышать

качество образования, делают его доступным не только для студентов, но и для специалистов различного уровня.

Внедрение в образовательный процесс информационных технологий повышает выразительность в представлении учебной информации, создает более эффективную обучающую среду и обеспечивает формирование профессиональных компетенций специалиста, в большей мере ориентируя его на индивидуализацию, дистанционность и вариативность [1].

Создание авторских электронных ресурсов в сфере образования позволяет обеспечить целостность педагогического процесса, расширение учебно-методического сопровождения при формировании теоретического базиса и практического поля реализации полученных знаний, активизацию и управление познавательными и мотивационными процессами в образовательной и научно-исследовательской деятельности обучающихся, формирование информационной культуры у будущего специалиста [3].

Одной из актуальных задач физического воспитания является внедрение в процесс обучения современных инновационных технологий, учитывающих состояние опорно-двигательного аппарата, биомеханические характеристики моторики занимающихся, позволяющих осуществлять дифференцированный подход и индивидуализировать процесс физического воспитания.

Целью нашей работы являлось создание электронного учебно-методического обеспечения (УМО) занятий по физической культуре для профилактики и коррекции нарушений осанки.

Для достижения данной цели мы использовали следующие методы: теоретический анализ научно-методической литературы; видеосъемка и фотографирование; педагогические методы (комплексы физических упражнений); методы функциональной диагностики. Для создания УМО использовалась компьютерная программа Abode Captivate.

Объектом исследования выступали занимающиеся оздоровительной гимнастикой при нарушениях осанки на базе ГУ «Октябрьский физкультурно-оздоровительный центр» г. Минска.

Предметом исследования являлись средства и методы профилактики и коррекции осанки.

Существует множество литературных источников, в которых описаны различные аспекты нарушений осанки, методики и рекомендации по проведению занятий по физической культуре с целью их профилактики и коррекции. Но среди них практически невозможно найти тот источник, который отражает полное содержание темы изучаемого вопроса. Поэтому необходима разработка электронных образовательных ресурсов, которые

смогут объединить новейшие теоретические данные и методики по коррекции и профилактике нарушений осанки, содержащие как информационный блок, так и обучающий.

При разработке УМО была использована компьютерная программа Abode Captivate. Данная специализированная программа предназначена, прежде всего, для создания учебных мультимедийных ресурсов. Основное ее преимущество состоит в том, что пользователям для разработки учебных ресурсов не нужно иметь навыков программирования [2].

В меню представлены основные структурные компоненты УМО, которые включают информационно-теоретический, информационно-методический, контролирующий и мультимедийный блоки, электронную библиотеку, глоссарий, инструкцию по работе с курсом (рис. 1).

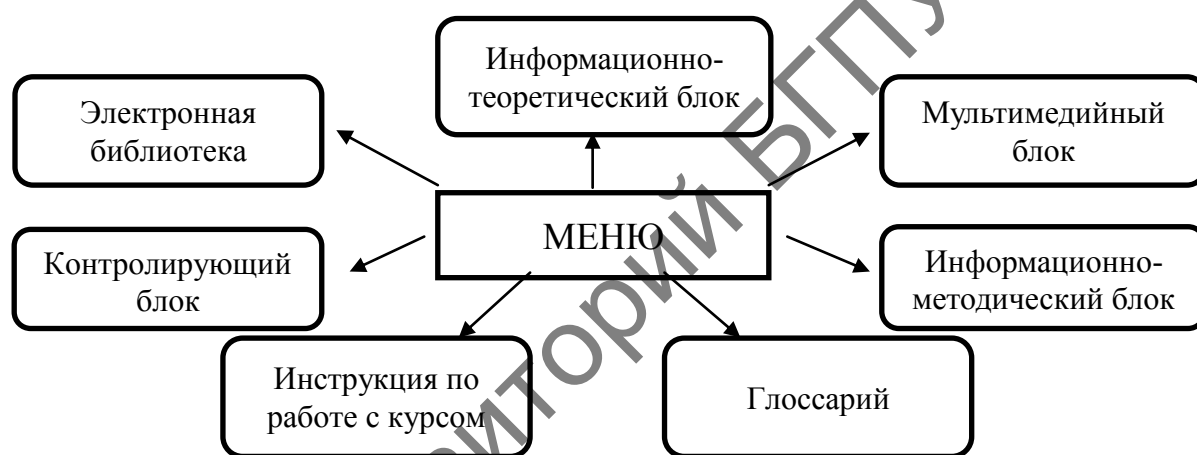


Рис. 1 – Структура электронного учебно-методического обеспечения

Каждый блок содержит информацию, которая не только отражает основные моменты темы, но и взаимодополняет друг друга. Для быстрого перехода к основным разделам курса используется интерактивное содержание, которое расположено вначале каждого блока. При помощи ссылок осуществляется переход из одного блока в другой, а для связи между ними используются всплывающие окна.

В информационно-теоретическом блоке содержатся базовые материалы по морфофункциональной характеристике осанки, ее значению, о различных видах нарушений осанки, об особенностях организации и методики проведения занятий [5]. В изложенном материале имеются ссылки на дополнительные данные, расположенные в других структурных компонентах УМО, что позволяет получить более глубокие и разносторонние знания по изучаемому вопросу. В конце каждой главы теоретического материала представлены контрольные вопросы или ссылки

на тестовые задания, которые обучающемуся необходимо выполнить для проверки полученных знаний.

Информационно-методический блок содержит программу курса, содержание тем, планы-конспекты занятий и отдельные комплексы упражнений при нарушениях осанки, что позволяет дифференцировать и индивидуализировать занятия в зависимости от вида и тяжести нарушения осанки, а также методические рекомендации по технике выполнения корригирующих упражнений, противопоказанные движения и упражнения [4].

В контролирующем блоке представлены практические задания, несколько вариантов тестов в виде комплекса различных по уровню сложности и проблематике тестовых заданий, которые используются с целью контроля усвоения теоретического и практического материала, диагностики и самоконтроля. После выбора ответа, независимо от того правильный он или нет, обучающийся имеет возможность при помощи гиперссылки вернуться в информационно-теоретический блок и повторно ознакомиться с необходимой информацией по проблемному вопросу, что экономит время для ее поиска и помогает студенту глубже осмыслить изучаемый материал. Преподаватель при этом имеет возможность осуществлять мониторинг за текущей успеваемостью, оценивать общий уровень знаний занимающихся, проанализировать тематические разделы курса по степени их сложности и доступности к изучению. Кроме того, предоставляется возможность формирования базы данных для последующего анализа и выявления наиболее проблемных сторон образовательного процесса.

В мультимедийном блоке в качестве наглядной демонстрации расположены видеоматериалы с упражнениями для коррекции различных видов нарушения осанки. А наиболее сложные положения этих упражнений представлены в виде фотографий для лучшего восприятия правильности техники их выполнения. Обилие иллюстраций и видеофрагментов, связанных с теоретическим материалом, способствует углублению практической направленности обучения.

В глоссарии в алфавитном порядке представлены термины, которые используются во всех структурных компонентах УМО и связаны с ними при помощи гиперссылок, что позволяет обучающемуся оперативно получать информацию по возникающим вопросам.

В библиотеке расположена база электронных материалов, которая включает учебники, учебные пособия, научные статьи по изучаемой проблематике, не вошедшие в информационно-теоретический блок, но связанные с ним при помощи ссылок. Данный блок является своеобразной

домашней библиотекой, которая всегда при себе и ею можно пользоваться в любое удобное время. Это способствует формированию навыка самостоятельно работать как с учебной, так и с научной информацией, анализировать ее, делать необходимые выводы и принимать аргументированные решения.

Данное УМО не является конечным продуктом. В процессе работы его блоки можно корректировать, добавлять новейшую научную, учебно-методическую литературу, опыт учителей-новаторов, видео-уроки. Для этого в программу добавлена инструкция по работе с курсом, в которой в доступной форме даны методические рекомендации по ее использованию [2].

Разработка и внедрение в систему физического воспитания электронного учебно-методического обеспечения с применением эффективных методов и технологий способствуют оптимизации учебно-воспитательного процесса, формированию у обучающихся самостоятельности в приобретении знаний и навыков профессиональной деятельности, создает уникальную распределенную среду обучения, доступную широкой аудитории.

Список литературы

- 1 Полат Е.С. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования / Е.С. Полат. – М.: Академия, 2009. – 348 с.
- 2 Руководство по подготовке обучающихся курсов с использованием программы Abode Captivate / Отдел дистанционного обучения ЦРИТ. – Минск: БГПУ, 2016. – 142с.
- 3 Соловьева Н.Г. Из опыта внедрения информационных средств обучения в процессе подготовки специалистов по физической культуре и спорту / Н.Г. Соловьева, Т.О. Крисевич, В.А. Касько // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе: сб. науч. ст. Вып. 2 / редкол.: А.Р. Борисевич (отв.ред.) [и др.]. – Минск: РИВШ, 2015. – С. 199-201.
- 4 Тихонова В.И. Организация и методика проведения занятий по физической культуре в специальных медицинских группах: учеб.-метод. пособие / В.И. Тихонова. – Минск: БГПУ, 2011. – 132 с.
- 5 Устинович, Д.Н. Особенности методики проведения занятий по физической культуре при нарушениях осанки / Д.Н. Устинович, В.А. Касько / Матер. VII Міжнар. електр. наук.-практ. конференції студентів та молодих вчених «Актуальні питання фізичної культури». – 25-29 квіт. 2016 р. – Одеса: видавець В.В.Букаев, 2016. – С. 35-36.