

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»
Факультет физического воспитания



**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА,
СПОРТ И ТУРИЗМ:
ДОСТИЖЕНИЯ
ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ**

Сборник научных статей

Минск
РИВШ
2019

УДК 796(082)
ББК 75я43
Ф56

Рекомендовано
советом факультета физического воспитания
УО «Белорусский государственный педагогический
университет имени Максима Танка»
(протокол № 3 от 27 ноября 2019 г.)

Редакционная коллегия:
кандидат педагогических наук, доцент *А. Р. Борисевич* (отв. ред.);
кандидат исторических наук *А. Н. Касперович*;
кандидат педагогических наук, доцент *А. А. Балай*;
кандидат биологических наук, доцент *Н. Г. Соловьева*;
кандидат педагогических наук, доцент *В. Л. Алешкевич*;
кандидат педагогических наук, профессор *О. В. Хижевский*

Физическая культура, спорт и туризм: достижения теории и практики :
Ф56 сб. науч. ст. / редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск : РИВШ,
2019. – 114 с.

ISBN 978-985-586-297-1.

В сборнике содержатся статьи по актуальным проблемам и наиболее значимым вопросам физического воспитания, спорта и туризма. Рассматриваются основные направления подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма, методологические подходы, принципы, технологические аспекты, стратегии и перспективы решения проблем здоровьесбережения детей, учащейся и студенческой молодежи средствами физической культуры и спорта в учреждениях образования. Показано значение и развитие олимпийского образования для формирования личности. Предложены пути совершенствования двигательной активности, формирования мотивации и интересов обучающихся в сфере физической культуры и спорта. Представлено новое направление – спортивное волонтерство, раскрываются его особенности в рамках здоровьесберегающей среды университета. Отдельные статьи посвящены развитию олимпийского движения и образования.

Предназначен для научных и педагогических работников, аспирантов, магистрантов и студентов высших учебных заведений.

УДК 796(082)
ББК 75я43

ISBN 978-985-586-297-1

© Оформление. ГУО «Республиканский
институт высшей школы», 2019

УСТАНОВКА И РЕФЛЕКСИЯ В ТАКТИКЕ БОРЦОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Мурзинков В.Н.
г.Минск, Республика Беларусь

The article is devoted to the biggest victories in sport are due to the manifestation by athletes of higher forms of tactics associated with such basic concepts as attitude and reflection.

Самые большие победы в спорте обусловлены проявлением спортсменами высших форм тактики, связанных с такими базовыми понятиями, как установка и рефлексия. Установка определяет способность спортсмена к максимальной мобилизации своих функций в необходимый момент времени, иными словами волю спортсмена, рефлексия – способность спортсмена к предвидению действий противника.

В настоящее время принято считать, что установка – это неосознанное психологическое состояние, внутреннее качество спортсмена, базирующееся на его генетической предрасположенности к занятиям определенным видом спорта, на его предшествующем опыте в данном виде спорта, обусловленное главной потребностью в спорте – побеждать и необходимостью ее удовлетворения.

Она выступает как состояние мобилизованности, готовности к определенным действиям, характерным для данного вида спорта. Установка рассматривается как важнейший системообразующий фактор деятельности спортсмена, направленной на достижение победы.

В спортивной борьбе установка определяет в одном случае - устойчивую направленность тренировочного процесса, в другом случае - готовность к проведению тактико-технических действий, их выбор и способность к максимальной мобилизации своих функциональных резервов для достижения победы. В этой связи можно выделить целевую и операционную установки.

Целевая установка обеспечивает устойчивую направленность тренировочного процесса при любых обстоятельствах для получения необходимых тактико-технических, функционально-физических и психических кондиций борца, способность обеспечить ему преимущество в схватках с противником. Важнейшее качество целевой установки – глубина, которая зависит от степени ее проникновения в личность борца, определяет ее помехоустойчивость и, в конечном счете, мотивацию и волю спортсмена.

Операционная установка обеспечивает психофизиологическую настройку борца, развертывание и синхронизацию его систем, позволяющие вывести организм на максимальный уровень функционирования. Она способствует максимальной концентрации внимания, обострению скорости и реакции и мышечного чувства, способности к максимальному проявлению физических качеств в необходимый момент поединка. Важное требование к операционной установке – ее достаточная гибкость, которая зависит от собственного функционального состояния борца, реакций противника, наличия тактико-технических средств реализации установки, способностью борца к рефлексии. Операционная установка характеризуется мощностью, от которой напрямую зависит результат схватки. Мощность установки определяется набранной базой технико-тактической, функционально-физической, психологической подготовки, а также мотивацией спортсмена.

Операционная установка на схватку формируется с учетом анализа информации о противнике: его тактико-технической, функционально-физической, психологической подготовки к данным соревнованиям, а также возможных рефлексивных суждений противника, определяющих его тактику в предстоящем

поединке. В большинстве случаев, рефлексивные суждения противника и, соответственно, выбор тактики, основываются на анализе предыдущих встреч, прежде всего, последней. Они основываются на анализе сделанных там ошибок, особенно если эти встречи противником были проиграны. Если же последняя встреча между борцами противником была выиграна, то вероятность выбора им такой же тактики, как в последнем поединке, в предстоящей встрече существенно повышается.

Операционная установка на схватку определяет построение вероятностной модели предстоящего поединка, успешность реализации которой во многом зависит от способности борца к рефлексии.

Важное значение для формирования операционной установки имеют разведывательные действия с целью распознавания истинной и ложной информации о функционально-физической, тактико-технической и психологической подготовке противника, иными словами подтверждения или не подтверждения имеющейся информации. Сбор такой информации осуществляется непосредственно перед началом соревнований на тренировках, перед взвешиванием, а также перед началом поединка, и на его первых минутах. Надо отметить, что дезинформация противника нередко используется в спорте высших достижений. В частности, в борьбе перед ответственными стартами может распространяться информация о неучастии того или иного спортсмена из числа основных конкурентов из-за травмы, плохой подготовленности и т.д. Перед началом соревнований, на тренировках, а также во время соревнований в менее ответственных схватках спортсменов может демонстрировать свою неготовность к соревнованиям, симулировать получение травмы. В реальной поединке с целью дезинформации боец может всячески показывать, что он устал, получил травму, а на самом деле это только маскировка и он полон сил и незаметно готовит решающий прием, который обеспечит ему победу. Для маскировки истинных тактико-технических действий противник может использовать отвлекающие, обманные движения руками, головой, туловищем, резкие изменения дистанции, стойки, расслабление – напряжение мышц в плотном захвате, ложные попытки проведения приемов. В этом случае, коррекция операционной установки производится на основе распознавания в реальном масштабе времени действий противника с целью выявления его истинных намерений.

Схема анализа информации для выработки операционной установки на схватку с конкретным противником выглядит следующим образом: анализ предыдущей схватки с ним с целью прогнозирования его рефлексивных рассуждений и просчета возможных вариантов тактики в предстоящем поединке – разработка собственных вариантов тактики на предстоящую схватку, основанных на учете вероятных вариантов тактики противника – операционная установка на схватку как с учетом наиболее вероятной тактики противника, так и с возможностью выбора соответствующего одного из запасных вариантов тактики при использовании противником неожиданного тактического варианта.

Успешная реализация операционной установки возможна только при совершенной обратной связи, обеспечивающей своевременное реагирование на действия противника, к которой предъявляются особые требования, т.к. недостаточно быстрая или недостаточно эффективная реакция на действия противника делает неэффективным выбор любого тактического варианта.

С целью развития и совершенствования ключевых элементов тактики: способности к рефлексивным рассуждениям, умения формировать операционную установку, построение вероятностной модели поединка в тренировочном процессе борцов высокой квалификации нами были использованы методы моделирования соревновательных ситуаций, а также так называемые ролевые игры с обязательной соревновательной составляющей. В данных методах использовалась система заданий, предусматривающих вычленение конкретных соревновательных ситуаций,

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
Андарало И. А. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННОЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ МЕНЕДЖЕРОВ ПО ТУРИЗМУ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ И СПЕЦИАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН	3
Асмакович Ж. И., Данилюк В. М. РЕАЛИЗАЦИЯ КОМПЛЕКСНЫХ МЕТОДИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ В ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ ОСНОВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ СТРОИТЕЛЬНОГО ФАКУЛЬТЕТА БНТУ	6
Балай А.А., Дворецкий Л.К., Романович А.М. АСНОУНЫЯ ФОРМЫ І АСАБЛІВАСЦІ ПРАВІЛАЎ ЗАПІСУ АГУЛЬНАРАЗВІВАЮЧЫХ ПРАКТЫКАВАННЯЎ	8
Барановская Д.И., Данилевич Н.В., Парамонова Н.А ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПЛАВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ» СО СТУДЕНТАМИ ФФВ БГПУ	10
Бахмутова Т.А., Сачук Н.В., Поляков Г.В. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С УЧЕТОМ ИНТЕРЕСОВ СТУДЕНТОВ НА ФАКУЛЬТЕТЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БГПУ	13
Борисевич А.Р., Балай А.А., Врублевская В.И. АНАЛИЗ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ РАЗРАБОТОК И ВЫЯВЛЕНИЕ ПРОТИВОРЕЧИЙ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА	14
Войнило А. В., Огородников С. С., Котловский А.В. СОВРЕМЕННЫЕ ПРИЕМЫ В ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО БАСКЕТБОЛУ	16
Волкова Л.М., Борисевич А.Р., Рябых В.А. ИЗУЧЕНИЕ БАНКА ДАННЫХ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА	19
Гайдук С.А., Новикова Н.В., Хорошилова Т.В. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ – СОСТОЯНИЕ, ПРОБЛЕМЫ, ПРОТИВОРЕЧИЯ	23
Григоревич И.В., Чулкова О.С., Шишкина З.А. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА В БГПУ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ, ИНТЕРЕСОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	24
Данилевич Н.В., Игнатович Д.И., Барановская Д.И. АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ ПЕРВОГО КУРСА ФФВ БГПУ	27
Дворецкий Л.К., Балай А.А., Романович А.М. СОВРЕМЕННЫЙ ВУЗ: КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	29
Желнерович В.Г., Холод А.В., Игнатович Д.А. ВЛИЯНИЕ ЗРИТЕЛЬНОГО КОНТРОЛЯ НА ОСНОВНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ	31
<i>Котловский А.В., Войнило А.В., Борисевич А.Р.</i> ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИЧЕСКОГО УПРАВЛЕНИЯ В РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ	34
Круталевиц М.М., Вертейко О.В., Борисевич А.Р., Онищук О.Н. КОНЦЕПТУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ИЗУЧЕНИЮ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ В МИРОВОМ ПРОСТРАНСТВЕ	35
Круталевиц О.П.; Кукель А.А. ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНО ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО СТУДЕНТАМИ ФИЛОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ М.ТАНКА	38
Курлович Н.В., Глинский С.А., Осмольская С.В. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ ПО СОХРАНЕНИЮ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ	40
Лаврѐнов А.Н, Ционенко Н.М. СТРУКТУРИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ДИСЦИПЛИНЫ «ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ТУРИЗМА»	42

Лебедько А.В., Касько В.А. ВНЕДРЕНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ СО СКОЛИОЗОМ	45
Листопад И.В., Алешкевич В.Л., Азарова Е.А. ВЛИЯНИЕ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК НА СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	47
Мурзинков В.Н. УСТАНОВКА И РЕФЛЕКСИЯ В ТАКТИКЕ БОРЦОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ	50
Полещук Ю.А., Сальчиц А.Ф., Игнатович Д.А. РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ В КОНТЕКСТЕ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ	52
Поликарпова Л.С., Стебаков А.И. ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТА ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	54
Поплавский Н. Н.; Балай А. А., Романович А. М. ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СПОРТСМЕНОВ	56
Прокофьев С.А., Огородников С.С., Малышева Н.Л. РЕЗУЛЬТАТЫ РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ С ПОМОЩЬЮ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ	59
Резвицкая Л.В., Данилевич Н.В., Алешкевич В.Л. ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ БРАССОМ И ВАРИАНТЫ ИХ ИСПРАВЛЕНИЯ	61
Романович А.М., Балай А.А., Поплавский Н.Н. УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ К СЛУЖБЕ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	63
Сачук Н.В., Бахмутова Т.А., Осмольская С.В. МОНИТОРИНГ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	66
Сизова Н.В., Шкулева Н.В. РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ У БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	68
Соловцов В.В., Бусыгина О.В., Юранов С.Я. ФАКТОРЫ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ В СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОФИЦЕРА	70
Филиппов Н.Н. ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	72
Филиппов Н.Н. АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ	74
Хижевский О.В. Гайсенкович Е.Н. ФАКТОРЫ, СНИЖАЮЩИЕ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОК НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С ПРЕИМУЩЕСТВЕННО СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ	76
Новичков П.О., Хижевский О.В., Новик А.Ю. РАЗНОСТОРОННЯЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ	79
Шкулева Н.В. ЗНАЧЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПОТЕНЦИАЛА ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ (НА ПРИМЕРЕ ИЗУЧЕНИЯ БУДУЩИМИ УЧИТЕЛЯМИ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»)	81
Шкулева Н.В., Шкулева А.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОГО КЛАССА В СИНХРОННОМ ПЛАВАНИИ	83
Шуманская М. М. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ПОДВИЖНЫХ И СПОРТИВНЫХ ИГР В ЗАНЯТИЯХ СО СТУДЕНТАМИ СУО	85
Arschtein N.A., Chlapak E.N., Volkova L.M. FEATURES OF REALIZATION OF SURVEY EXCURSION ON BERLIN	87

Dejlik S., Chlapak E.N., Borisevich A.R. ORGANIZATION OF PEDESTRIAN EXCURSION "EVENING PARIS" FOR A STUDENT TOURIST GROUP	88
Аманов Г.Б., Борисевич А.Р. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ПОДХОД В ИЗУЧЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ И ТУРКМЕНИСТАНЕ	89
<i>Гурбанов Б.С., Борисевич А.Р.</i> ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ТУРКМЕНСКОЙ БОРЬБЫ	91
Нурджанов Ш.Н., Борисевич А.Р. ИЗУЧЕНИЕ СУЩНОСТИ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА В ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНЫХ И ПОДВИЖНЫХ ИГР	92
Коптева С.И., Волкова Л.М. Тьюторское сопровождение студентов-иностранцев на факультете физической культуры воспитания	94
<i>Андарало И. А</i> САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ МЕНЕДЖЕРОВ ТУРИСТСКОЙ ИНДУСТРИИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ САМООБРАЗОВАНИЮ	96
<i>Волкова Л.М.</i> УЧЕТ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХОМОТОРНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	98
EFFECT OF A PROPOSED THERAPEUTIC EXERCISE PROGRAM FOR REHABILITATION OF PEOPLE WITH HERNIATED DISC AND IMPROVEMENT OF SOME PHYSICAL TRAITS AND PHYSIOLOGICAL VARIABLES Dr. Fatih Mazari : University of Bouira – Algeria Dr. Fathi Al-Bashini: University of Tripoli Akrm Banour : University of Bouira – Algeria	101
COMPARING TWO TYPES OF THERAPY TECHNIQUES IN THE TREATMENT OF LOW BACK PAIN 228(CONVENTIONAL UPPER TRUNK FLEXION VS MULLIGAN'S FLEXMOBILIZATION) d-saleh basher sad	103