2026

Материалы
студенческой научно-практической конференции
в рамках Международной конференции

Научные и образовательные основы в физической культуре и спорте

Выпуск 3
Психологические и педагогические аспекты физической культуры и спорта



Екатеринбургский институт
физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО «УралГУФК»

Екатеринбург, 2026

ISSN: 2782-6449.

УДК 37

Редакционная коллегия:
Кандидат социологических наук, доцент, зав. кафедры А.К. Симонова
Доктор философских наук, профессор кафедры ГСЭД А.В. Медведев
Кандидат исторических наук, доцент кафедры И.И. Васина
Кандидат психологических наук, доцент Е.С. Легостаева

Психологические и педагогические аспекты физической культуры и спорта: материалы научно-практической конференции (18 марта 2026 г., Екатеринбург). Отв.ред. Симонова А.К. – ЕИФК(филиал) ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург, 2026. – 55 с. - ISSN: 2782-6449.

Сборник содержит научные тезисы студентов, написанных под руководством преподавателей кафедры Гуманитарных и социально-экономических дисциплин. В предлагаемом сборнике представлены материалы докладов участников кафедральной научно-практической конференции, рассмотрены вопросы совершенствования подготовки спортсменов, проблемы психологии и педагогики спорта.

Издание предназначено для научных и педагогических работников, преподавателей, магистрантов и студентов с целью использования в научной и учебной деятельности.

Материалы сборника размещаются на сайте:
https://www.sport-ural.ru/nauka/materialy-stud-konf

© Екатеринбургский институт Физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК 2026
© Авторы тезисов 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	**Бугуев И.В.** **Симонова А.К.**	ПРОБЛЕМЫ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	**3**
2.	**Кузнецов В.Д.** **Васина И.И.**	ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С РАС (РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА)	**8**
3.	**Окулова П.А.** **Симонова А.К.**	НРАВСТВЕННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ	**12**
5.	**Петрова В.С.** **Васина И.И.**	РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК ЭЛЕМЕНТ ВОСПИТАНИЯ ДРЕВНИХ СЛАВЯН	**17**
6.	**Плотников Д.А.** **Симонова А.К.**	БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ КАК ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ МАРКЕТИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	**23**
7.	**Роженцов М.А.** **Набоких Ю.С.**	ФОРМИРОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНФОРМАЦИОННОЙ КУЛЬТУРЫ БУДУЩИХ СПОРТИВНЫХ ТРЕНЕРОВ	**25**
8.	**Сидоров В.М.** **Симонова А.К.**	ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	**31**
9.	**Ситников М.С.** **Симонова А.К.**	ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ МИНИ-ФУТБОЛИСТОВ	**36**
10.	**Цветов И.В.** **Симонова А.К.**	МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЭТИКИ ПЕДАГОГА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	**42**
11.	**Щукин Д.Р.** **Васина И.И.**	ЭТИКЕТ КАК КУЛЬТУРНАЯ ТРАДИЦИЯ: ЭТИКЕТНАЯ КУЛЬТУРА СПОРТСМЕНА	**48**

Симонова Алина Константиновна
к. социол. наук, доцент кафедры ГСЭД
Бугуев Иван Владимирович, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

ПРОБЛЕМЫ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Низкий уровень мотивации к занятиям физической культурой и несформированность потребности к занятиям у студентов вызваны слабой организацией физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в вузах. В связи с этим важное значение приобретает поиск новых организационных форм, средств и методов, позволяющих более эффективно реализовывать должное направление в вузах.

Студенты хотят, чтобы образовательное учреждение способствовало, прежде всего, коммуникативной культуре, включая уверенность во взаимоотношениях с людьми, умение хорошо говорить и легко выражать свои мысли, иметь собственное мнение. Вместе с тем студенты ценят обстановку, вызывающую положительные эмоции и возможность формировать свою телесность. Последнее обстоятельство в значительной мере вызвано модными в молодежной среде средствами массовой информации, пропагандирующими культ тела и «сексапильности», а не школьным опытом учебных занятий физической культурой [2].

На отношение к занятиям физической культурой оказывают влияние возрастные факторы и индивидуальные особенности личности. Наиболее ответственно к посещению занятий относятся студенты первого и второго курсов. В течение года прослеживается динамика изменения посещаемости: в осеннем семестре студенты посещают занятия охотнее; в весеннем происходит спад физической активности, что, возможно, связано с повышением умственной нагрузки к концу года, авитаминозом или какими-либо субъективными причинами. Стоит отметить, что у студентов

творческих специальностей наблюдается самая низкая посещаемость, у студентов, занимающихся точными предметами, - заметно выше.

Студенты отмечают, что, посещая занятия по физической культуре, они не задумываются о значении двигательной активности для их здоровья, о возможности применения полученных знаний, двигательных умений и навыков в самостоятельных занятиях вне вуза.

Многие студенты не воспринимают физическое воспитание как учебную дисциплину, которая имеет свое научно-практическое содержание, понятия, принципы, закономерности, методы, правила и способы деятельности. Они не приобретают опыта ее творческого использования. Для многих студентов физическая культура ассоциируется с деятельностью чисто механического характера [1].

Ведущими факторами, стимулирующими интерес студентов, являются улучшение качества и содержания занятий по физической культуре, педагогические усилия по сближению субъективных желаний занимающихся с объективными задачами физического воспитания. Это слагается из эффективности и целенаправленности занятий, физической на-грузки, самостоятельности, требовательности, индивидуального подхода, хорошей организации, личности преподавателя, его заинтересованности в работе и отношения к занимающимся, динамичности, эмоциональности, новизны упражнений, Обеспеченность спортивным инвентарем, хорошее оборудование мест занятий, встречи с ветеранами спорта, выдающимися спортсменами, популярные лекции, физкультурно-массовые мероприятия играют для них большую роль в формировании интересов. Когда студенты видят и ценят достигнутые результаты, испытывают удовольствие от самой деятельности, переживают радость от познания нового - у них укрепляется вера в возможности физического совершенствования.

Для привлечения студентов на занятия стоит обратить внимание на их предпочтения в выборе форм занятий и их содержания. Построение учебного процесса в рамках нормативного подхода, где важны чисто внешние

показатели, а не сами занимающиеся, вызывает нежелание заниматься физическим воспитанием и непонимание сущности занятий.

Девушки отдают предпочтения упражнениям для укрепления осанки, на растяжку, хотели бы заниматься шейпингом, фитнесом, стрейчингом, атлетической гимнастикой. Юноши предпочитают восточные единоборства, спортивные игры, плавание. Главной причиной нежелания девушек заниматься в бассейне являются комплексы из-за фигуры и отсутствие плавательных принадлежностей.

Одним из классических методов привлечения студентов к занятиям физической культурой и спортом является наличие в программе вузов трех основных аспектов:

- образовательного, который подразумевает сообщение задач, распределение отдельных заданий, привлечение студентов к анализу и исправлению ошибок при выполнении движений;
- воспитательного, предполагающего решение задач общего воспитания и развития физических качеств. Это общие требования к любой сфере педагогической деятельности, усиливающиеся тем, что в двигательной деятельности индивида личностные качества проявляются особенно ярко;
- оздоровительного, характеризующегося постепенным возрастанием нагрузки, плотности урока и самоконтроля за ней.

Так как основной мотив у студентов - актуальный, прежде всего необходима своевременная аттестация по занятиям физической культурой. Через этот мотив также возможно приступить к формированию оздоровительных мотивов. Однако стоит осторожно подходить к оцениванию успеваемости. Студенты со слабой физической подготовленностью испытывают психологическое напряжение, которое выражается в пассивном отношении к занятиям, отчуждении от физической культуры вообще [3].

Следует отметить отсутствие у студентов специальных знаний о способах движений, физической нагрузке, особенностях воздействия определенных видов нагрузки на организм человека, которое тесно

коррелирует с неумением планировать самостоятельные занятия физическими упражнениями и осуществлять самоконтроль в процессе их проведения.

Физкультурные знания являются мощным средством педагогического воздействия на мотивационно-потребностную сферу студенчества. Знания составляют рациональную ос-нову убеждения студентов, а общеобразовательная направленность занятий является способом воздействия на формирование у студентов потребности в занятиях физическими упражнениями в свободное время.

Существует специфическая, убеждающая сторона знаний, которая обосновывает реальный личностный и социальный смысл занятий. Знания оказывают воздействие через такие компоненты мотивации, как убеждения и потребности, в совокупности с ними оно образует совместное когнитивно-мотивационное звено системы приобщения студенчества к занятиям физической культурой.

В процессе формирования потребности к занятиям физической культурой можно выделить три фазы:

1) формирование знаний, применительно к конкретному явлению; это вербальные знания, они не применяются в собственных занятиях, быстро исчезают;

2) формирование практических умений;

3) формирование культурной потребности. На данном этапе во многих учебных заведениях основное внимание уделяется не занятиям, а внешним количественным показателям уровня физической подготовленности, выполнению нормативов и требований, что ведет к образованию вредных мотивов, связанных с получением зачета (актуальных).

Сохранение интереса к двигательной активности соответствует психологии современной молодежи. Поскольку здоровье и учеба студентов взаимосвязаны и взаимообусловлены, то важно поддержать интерес и положительное мотивационно-ценностное отношение к физической

культуре, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями, в физическом самосовершенствовании. Для этого следует смещать акцент внимания с нормативных показателей физкультурно-спортивной деятельности и как можно чаще разнообразить практические занятия путем включения в них современных средств физической культуры и форм занятий.

Литература

1. Виленский, М.Я. Физическое воспитание в целостной системе профессиональной готовности выпускника высшей школы / М.Я. Виленский // Здоровый образ жизни и физическая культура студентов: социологические аспекты: сб. науч. тр. - М.-Харьков, 1990. - С. 44-47.

2. Любимова, Ю.В. Мотивация и ценностные ориентации в педагогическом общении на занятиях по физической культуре / Ю.В. Любимова. - Спб.: СпбГАФК, 2004. - 22 с.

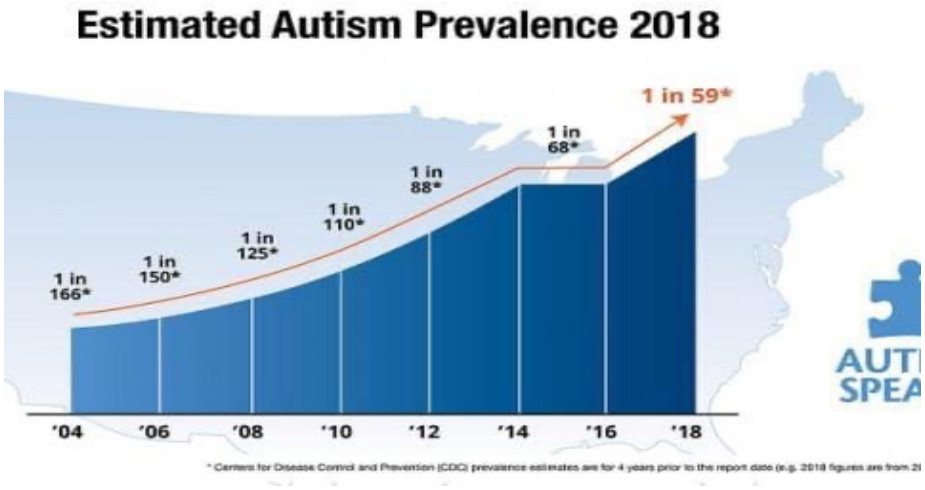
3. Старчеков, М.М. Рейтинговая оценка как средство повышения мотивации студен-тов к занятиям физической культурой / М.М. Старчеков. - Омск: СГУФК, 2005. - 23 с.

Васина Ирина Ивановна
к. историч. наук, доцент кафедры ГСЭД
Кузнецов Вячеслав Дмитриевич, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С РАС (РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА)

На сегодняшний день тема, касающаяся расстройства аутистического спектра, очень актуальна. Центр по контролю и профилактике заболеваний США опубликовал в 2025 году статистику – РАС встречается у каждого 54 ребенка, что на 10% больше, чем в статистике 2023г. [1].

Таблица 1



https://www.autismspeaks.org/press-release/cdc-estimate-autism-prevalence-increases-nearly-10-percent-1-54-children-us

Расстройство аутистического спектра (РАС) – это клинически разнородная группа расстройств психологического развития, характеризующаяся качественными отклонениями в социальном воздействии и способах общениях, а также ограниченным, стереотипным, повторяющимся набором интересов и занятий [2, с.7, 10].

В подавляющем количестве случаев, аномальное развитие проявляется с раннего детства, но иногда эти состояния могут проявиться в пределах первых пяти лет жизни. В своей статье мы рассматриваем нарушение развития нескольких психических процессов.

Нарушение активности, социального взаимодействия, сенсорный дискомфорт. Данное отклонение от нормы у детей с РАС просматриваются уже в раннем возрасте: родители характеризуют своих детей, как «слишком спокойных, нетребовательных», у многих складывается ощущение, что «ребенка и вовсе нет дома». Также у группы таких детей проявляется малая способность использовать зрительный контакт, мимику. Они имеют сниженную заинтересованность, испытывают сложности в поддержании взаимодействия со сверстниками и взрослыми [3, с. 5-6].

Подобные нарушения проявляются в совершенно различных вещах: низкий интерес к играм, неспособность длительное время удерживать фокус на чем-либо, отсутствием реакции на обращенную речь или имя. В младшем возрасте низкий уровень коммуникации может проявляться в виде полного отсутствия речи и недостаточной компенсацией речи (жестикуляцией) или в виде ситуаций, при которых ребенок не начинает и не поддерживает беседу и не задает вопросы [4]. Часто нарушение коммуникации сопровождается стереотипной, повторяющейся речью (пример: повторяющиеся вопросы).

В возрасте старше 7 лет проявления социальных нарушений также разнообразны. У некоторых сохраняется желание избегать контакта, отсутствие речи и т.д. Для других же, наоборот, характерна высокая социальная заинтересованность, при этом таким детям очень тяжело учитывать социальные правила (соответственно, из-за неспособности).

Значительной проблемой для детей с РАС старшего возраста является пониженная способность делать независимые предположения, к примеру, о мыслях или настроении других людей. Именно это определяет такие поведенческие особенности, как наивность, простодушие, низкую способность понимания сарказма, юмора.

Нарушения пищевого поведения. Дети с РАС могут быть очень избирательными в еде, которую им предлагают. Например, некоторые продукты могут вызвать у ребенка неприятные ощущения: брезгливость, опасность. Но при этом они могут попытаться съесть несъедобную вещь [4].

При данном расстройстве следует исключить продукты, содержащие глютен и казеин. По словам доктора Фасано, в 30% развитие аутизма происходит из-за дисбиоза кишечника, а 20% случаев вследствие повышенной чувствительности к глютену.

Нарушение моторного развития. С самого раннего детства у ребенка отмечают неловкость, хотя, как правило, он вовремя начинает держать голову, садится, вставать. Весьма заметны нарушение координации рук и ног.

В раннем возрасте дети могут удивлять застыванием в особых позах (к примеру, вниз головой), взмахами рук «как крыльями», прыжками на прямых ногах. Эти действия не имеют прикладного или игрового значения, но захватывают ребенка и усиливаются в ситуациях радости или тревоги.

Научить ребенка с РАС даже простым бытовым действиям достаточно сложно. В быту они проявляют неловкость, встречаются со значительными трудностями и запозданием, особенно, что касается навыков самообслуживания [4].

Особенности развития вербального мышления. Как уже упоминалось, большая часть детей с РАС с огромным трудом осваивают речевые навыки и ограниченно используют их для коммуникации. Речь долго может оставаться односложной, штампованной. В детском возрасте это проявляется, например, в невозможности составить рассказ по картинке: таким детям сложно воспринимать зрительную информацию для последующего выстраивания высказываний. В школе это проявляется как способность ответить лишь в крайне сжатом виде, зачастую цитируя текст учебника или речь учителя.

Нарушения особенностей эмоционально-волевой сферы. Ребенок, как правило, не фиксирует взгляд на человеке, не проявляет положительных эмоций в виде смеха, речевой и двигательной активности в ответ на проявление любого внимания со стороны близкого взрослого. Нередко дети с РАС проявляют эмоции, совершенно противоположные эмоциям

окружающих. В период стресса они, как правило, не ищут поддержки или помощи со стороны окружающих и даже не принимают ее [5].

Таким образом, исследования подтверждают, что своевременное выявление аутистических расстройств и включение детей с данным видом отклонения в программы ранней помощи могут служить основой эффективной реабилитации и улучшают прогноз социализации[6].

Список литературы

1. CDC estimate on autism prevalence increases by nearly 10 percent, to 1 in 54 children in the U.S. Интернет-ресурс: https://www.autismspeaks.org/press-release/cdc-estimate-autism-prevalence-increases-nearly-10-percent-1-54-children-us. Дата обращения: 15.02.2025г.

2. Расстройства аутистического спектра. Клинические рекомендации // Ассоциация психиатров и психологов за научно-обоснованную практику Одобрено Научно-практическим Советом Минздрава РФ. – 2020. – 52 с.

3. Семаго Н.Я., Соломахина Е.А. Психолого-педагогическое сопровождение ребенка с РАС // Аутизм и нарушения развития. – 2017. – Т.15. – № 1. – С. 4-14.

4. Алпацкий Д.А. Расстройства аутистического спектра. Интернет-ресурс: https://beloyarskaya-crb.ru/upload/36854697444.pdf. Дата обращения: 15.02.2026г.

5. Психологические особенности детей с расстройствами аутистического спектра. Интернет-ресурс: https://www.defectologiya.pro/zhurnal/psixologicheskie_osobennosti_detej_s_rasstrojstvami_autisticheskogo_spektra/ Дата обращения: 15.02.2025г.

6. Божкова Е.Д., Баландина О.В., Коновалов А.А. Расстройства аутистического спектра: современное состояние проблемы (обзор) // Современные технологии в медицине. – 2025. – Т. 12. – Вып. 2. – С. 111-120.

Симонова Алина Константиновна
к. социол. наук, доцент кафедры ГСЭД
Окулова Полина Андреевна, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

НРАВСТВЕННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ

На современном этапе развития страны в условиях качественного преобразования всех сторон жизни общества возрастают требования к физической подготовленности наших сограждан, необходимое для успешной их трудовой деятельности.

Перестройка народного образования в стране поставила перед высшей школой задачу коренного и всестороннего улучшения профессиональной подготовки и физического воспитания будущих специалистов. В новых условиях повышается социальная значимость физического воспитания в формировании всесторонне и гармонично развитой личности выпускника ВУЗа с высокой степенью готовности к социально профессиональной деятельности.

Физическая культура и спорт имеют большие возможности для осуществления нравственного воспитания. Мораль, нравственность - это совокупность норм и правил поведения, их проявления в поступках и деятельности человека.

Недостаточное внимание к вопросам морального воспитания на занятиях физическими упражнениями и спортом может способствовать развитию отрицательных нравственных черт (эгоизм, зазнайство и т.д.). Необходимо с детства воспитывать любовь и уважение к людям, спорту, чувство спортивной чести, стремление к совершенствованию мастерства, не из-за наград или материального поощрения.

Одним из важных аспектов нравственного воспитания является формирование нравственного сознания. На основе нравственных понятий, оценок и суждений формируются нравственные убеждения, которые, в

конечном счете, определяют поведение и поступки человека и спортсмена в том числе.

Наряду с формированием нравственного сознания в процессе воспитательной работы большую роль играет воспитание у спортсменов нравственных чувств. Нравственные чувства - это переживание своего отношения к действительности, к людям, к собственному поведению. При этом важной задачей является воспитание морально политических и гражданских чувств: патриотизма, коллективизма, чувства долга и чести, ответственности перед командой, коллективом, Родиной.

Учебно-тренировочный процесс является средством воспитания через постепенное и последовательное преодоление трудностей.

При выборе средств и методов нравственного воспитания необходимо учитывать особенности психики мужчин и женщин разного возраста, их склонности и интересы. Необходимо, чтобы разъяснения и убеждения были доходчивыми и побуждали обучающихся к самоанализу своих действий и поступков.

Важными условиями решения этих задач является хорошая организация и проведение занятий по физическому воспитанию, высокая требовательность к занимающимся и личный пример педагога-тренера.

Под волей понимают сложное психическое явление или психическую деятельность человека по управлению своими действиями, мыслями, переживаниями и телом для достижения поставленной цели. Воля развивается и закаляется в процессе преодоления трудностей. Трудности в спорте делятся на субъективные и объективные.

Субъективные зависят от особенностей личности (характер, темперамент и т.д.). Чаще проявляются в отрицательных эмоциях (страх перед противником, боязнь получить травму).

Объективные трудности вызваны общими и специфическими условиями спортивной деятельности: соблюдение установленного режима, участие во многих соревнованиях, неблагоприятная погода и др.

Основные волевые качества: целеустремленность, настойчивость и упорство, решительность и смелость, выдержка и самообладание, инициатива и самостоятельность.

Все качества взаимосвязаны, но главным, ведущим является целеустремленность, которая определяет уровень воспитания и проявления других качеств. Волевые качества при рациональном педагогическом руководстве становятся постоянными чертами личности.

В любом волевом действии есть интеллектуальная, моральная и эмоциональная основа. Поэтому волевая подготовка должна базироваться на формировании нравственных чувств и совершенствовании интеллектуальных способностей (ширина, глубина и гибкость ума, самостоятельность мышления и т.п.).

При развитии волевых качеств необходимо учитывать особенности избранного вами вида спорта развивать волевые качества необходимо планомерно с учетом возраста, пола, физических и психических возможностей.

Под психологической подготовкой следует понимать совокупность психолого-педагогических мероприятий и соответствующих условий спортивной деятельности, направленных на формирование таких психических функций, процессов, состояний и свойств личности, которые обеспечивают успешное решение задач тренировки и участия в соревнованиях.

Психологическую подготовку принято делить на общую и специальную. Ее суть заключается в том, что она направлена на развитие и совершенствование у спортсменов именно тех психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий в избранном виде спорта и для обучения приемам активной саморегуляции психических состояний с целью формирования эмоциональной устойчивости к экстремальным условиям спортивной борьбы, воспитания способностей быстро снимать последствия нервного и физического перенапряжения.

Общая психологическая подготовка осуществляется в процессе тренировок параллельно с технической и тактической подготовкой.

Регулирование эмоционального возбуждения спортсменов осуществляется как в процессе тренировки, так и перед выступлением на соревнованиях с помощью различных методов воздействия.

К числу приемов относят, в первую очередь, словесные воздействия (разъяснение, убеждение, одобрение, похвала и др.), которые рекомендуется проводить за несколько дней до соревнований. В день соревнования это воздействие не дает положительного эффекта, а иногда приносит вред.

Используются также "тонизирующие" движения; произвольная регуляция дыхания, массаж и самомассаж; воздействие холодовыми раздражителями на локальные участки тела.

Преподаватели должны стремиться к тому, чтобы студенты приобрели достаточную разностороннюю и специальную физическую подготовленность, улучшили своё физическое развитие.

В системе социальных ценностей и приоритетов общества здоровье человека занимает важное место. Являясь одним из показателей общественного прогресса и своеобразным зеркалом социально-экономического благополучия страны, здоровье становится мощным, социальным, экономическим, трудовым, демографическим, оборонным, культурным и духовным потенциалом любого общества.

Проблема здоровья неотделима от проблемы физической культуры человека, она возникает вместе с ней и видоизменяется соответственно условиям, которые создает себе сам человек.

Творческий потенциал человека в жизни, в учебной и производственной деятельности тем выше, чем крепче его здоровье, выше физическое, нравственное, психическое и социальное благополучие, богаче и разнообразнее его жизнедеятельность.

Литература

1. Сума, Э. П. Физическая подготовка. Учебное пособие / Э.П.Сума,

С.В. Науменко. - СПб, 2018.

2. Вопросы физического воспитания студентов. Межвузовский сборник. - Ленинград: Изд-во ЛГУ, 2019.

3. Евсеев, Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. - Ростов-н/Д, 2015.

4. Чумаков, Б.Н. Валеология. - М., 2019.

Васина Ирина Ивановна
к. историч. наук, доцент кафедры ГСЭД
Петрова Валерия Станиславовна, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК ЭЛЕМЕНТ ВОСПИТАНИЯ ДРЕВНИХ СЛАВЯН

Одно из первых славянских государств – Киевская Русь, колыбель русского, украинского и белорусского народов – сложилось в 9 веке. Его основой было племя полян. Живя на границе со степью, постоянно защищаясь от набегов кочевников, поляне раньше других восточнославянских племён создали у себя систему централизованного управлен6ия и постоянную, фактически профессиональную армию в в идее большой боярской и малой княжеских дружин.

В течение 9-10 веков киевские князья сумели подчинить большинство славянских и других племён на огромной территории, простирающейся с севера на юг от Белого до Чёрного моря и с запада на восток от Буга до Волги. Древнерусское государство со столицей в Киеве развивалось с 9 по 12 век и было одним из крупнейших и культурнейших государств Европы.

Возникновение физических упражнений у восточных славян было обусловлено теме же причинами, что и во всём мире в целом. Одной из причин распространения физических упражнений и игр было постоянное участие русского народа в военных походах. В тревожное время, когда русской земле угрожали захватчики, крестьяне и горожане составляли ополчение, входившее в русское войско.

Возникновение физических упражнений у восточных славян происходило практически также как и у других народов мира. Практика физического воспитания начала складываться у них в VI-IX вв. В древних летописях не раз встречается упоминание, что люди ещё в былые времена были выносливы, сильные. По отзывам современников, древние славяне

отличались крепким телосложением и большой выносливостью. « Все они рослы и сильны», - указывает византийский историк Прокопий Византийский писатель VI века, известный под псевдонимом Маврикия, отзывался о славянах как о храбром и свободолюбивом народе « Они многочисленны, - писал Маврикий, - выносливы, легко переносят жару, холод, дождь, наготу, недостаток в пище» Древние славяне были физически сильны, стойки и смелы. А если есть сила – как не похвастаться ею? И редкий праздник обходился без игрищ. Самые ловкие фехтовали на пиках, ходили на натянутых канатах, дюжие силачи поднимали лошадей, валили быка, впрягались в грузовые возы, гнули подковы. Бывало и боролись с медведем, состязались в умении бросать тяжёлые валуны

Воспитание физических качеств основывается на постоянном стремлении сделать сверхвозможное для себя, удивить окружающих своими возможностями. Но для этого со времени рождения нужно постоянно и регулярно заниматься физической культурой.

Воспитание детей у славян осуществлялась всей родовой общиной. Девочек и девушек воспитывали женщины, а мальчиков и юношей – мужчины. Каждый славянский мальчик знал, что он должен вырасти воином. Военная подготовка славянина начиналась с двух лет, и в четыре года его сажали на коня. Сначала мальчика приучали к игрушечному оружию. В 10 лет под руководством отца должен в совершенстве владеть деревянным оружием, знать все приёмы фехтования. К 12 годам мальчик овладевал основными приёмами борьбы – бросковой и ударной техникой В 12 лет подросток начинал овладевать боевым оружием.

Наши древние предки использовали в быту и в военном деле физические упражнения, как бег, прыжки, ходьба на лыжах, плавание, различные виды борьбы, кулачные бои, стрельба из лука, верховая езда. Некоторые из этих видов физических упражнений впоследствии стали неотъемлемой частью физической культуры.

По мере развития общества одни виды физических упражнений стали использоваться знатью, другие - простым народом. Это с одной стороны способствовало оформлению народной культуры. С другой стороны - физической культуры, распространённой среди привилегированных слоёв общества.

Одной из древнейших форм самобытного физического воспитания у восточных славян были « игрища», представляющие собой массовые народные празднества. В ранние периоды « игрища» были связаны с языческими обрядами – «Купальские игрища», «Туровы игрища».В древнерусской летописи «Повести временных лет» рассказывается, что предки русских – радимичи, вятичи и северяне жили в лесах, но в свободное от работы время « устраивали игрища между сёл, на которые сходились почти все люди от мала до велика» Они проводились и после принятия христианства, но приурочивались уже к христианским церковным праздникам.

Составными элементами «игрищ» были песни, пляски, хороводы. В них были и состязания в прыжках, борьбе, кулачных боях, беге, в стрельбе из лука, верховой езде и другие физические упражнения и развлечения, способствующие развитию силы, ловкости, выносливости, мужества, упорства, необходимых народу в его трудовой деятельности и защите русской земли от захватчиков. Наряду с такими состязаниями одновременно проводились игры в городки «горелки».

Большой популярностью в народе пользовалась стрельба из лука, которой широко применялся на охоте и состоял на вооружении войск. Об этом свидетельствуют памятники былинного эпоса. « Лук надёжный- друг сердечный», - гласит народная поговорка. Высоко оценивает народ стрельбу из лука в былине о Михаиле Потоке. « ..вынимает он, Поток, из налушна свой тугой лук, из колчана жалену стрелу» В былине «Добрыня в ссоре с Владимиром» рассказывается, как Добрыня обыгрывает половецкого царя

Батура в шахматы, превосходит его в стрельбе из лука и наконец побеждает его в рукопашном бою многих половецких силачей.

Повсеместное распространение имела верховая езда. Современники-иностранцы отмечали, что «… лучшее удовольствие и развлечение у русских – это ездить верхом и стрелять из лука; тот считается у них лучше и почётнее, кто туже других натянет лук, дальше пустит стрелу и попадёт ею в цель…»

Для развития физической силы, ловкости , выносливости и решительности в народе широко применялась борьба и кулачные бои.

К эпохе Древней Руси относятся состязания борцов. Так в «Повести временных лет» под 992 годом рассказывается о поединках в борьбе русского юноши Яна Усмаря с печенежским богатырём. Там же под 11-2 годом сообщается о состязании в борьбе князя Мстислава Удалого с половежским князем Редедей. Древнейшее на Руси изображение борцов датируются 11 веком и находятся в рельефах Дмитриевского собора во Владимире. Описание состязаний в борьбе находим часто в древнерусских былинах и сказаниях. Былина « Василий Буслаев и новгородцы» сообщает о поединках борцов как обычном явлении в быту: «И будет день. От малого до старого. Начали уж ребята бороться» У восточных славян были распространены четыре традиционных вида борьбы « в схватку», «в обхват», «в охапки», «крест-накрест». Борьба считалась законченной, когда один из противников оказывался на земле.

Массовой народной формой физического воспитания на Руси были кулачные бои. Они выявляли физическую силу и моральные качества участников. Существовали два вида боёв: массовые бои – «стенка на стенку», и одиночные – « единоборства» Кулачные бои - это совсем не была драка, ссора, вражда или что-либо подобное, а нечто вроде игрища. Между тем удары наносились серьёзно, причиняли ушибы и даже смерть. О кулачных боях очень мало сведений и напрасно искать их в истории и пособиях и монографиях, известия о них можно найти только в поучениях церковных и в

мемуарах. А между тем о « кулачных боях было немало правительственных распоряжение и приходилось даже бороться с этого рода спорта.

Кулачные бои вовсе не были мрачны и жестоки, как представляются. Они привлекали не одних простолюдинов, а все население общества.

В летние праздники молодёжь сел и городов, расположенных по берегам рек и озёр, купалась, плавала наперегонки и каталась на лодках и челнах. О распространении плавания в народном быту свидетельствуют летописные сказания и легенды. Так, в Ипатьевской летописи под 972 годом упоминается о подвиге славянского юноши, который переплыл Днепр и известил князя Святослава о том, что Киеву угрожает опасность. О плавании образно рассказывается в былине о Добрыне Никитиче и Никите Романовиче: « И приехал он ко батюшку Днепру реке. И вздумал он покупаться, И вздумал он, удалый добрый молодец, потешиться»

К числу упражнений, игравших большую роль в физическом развитии относилась ходьба на лыжах. Сохранились высказывания иностранцев о том, что « .. русские быстро бегают по снегу на лыжах или деревянных подошвах, упираясь палками в снег…» Есть доказательства археологических раскопок о занятии населения Руси лыжами. Так, при раскопках в Новгороде в 1953 году был обнаружен древнейший экземпляр скоростной лыжи, относящийся к 12-13 векам. Найденная в Новгороде лыжа имеет в длину 1м92 см, средняя её ширина 8 см, толщина 1 см, а в месте, куда ставится нога, - 3 см. Кривизна всех линий строго продумана и выверена. В лыжах новгородцев имелись сквозные отверстия для ремня.

Кроме ходьбы на лыжах, в зимнее время развлекались катанием на коньках и салазках, палочными боями на льду, взятием снежных крепостей.

Большую популярность у восточных славян имели поднятие и переноска тяжестей, метание камней в цель и на дальность, метание копья, прыжки через костёр

Городским жителям были известны фехтование на пиках и шпагах, акробатика и канатохождение. Однако эти упражнения были главным

образом разновидностями « потех». И ярмарочных представлений, показываемых профессионалами-скоморохами.

Физические упражнения, игры, развлечения, бытовавшие в народе , составляли основу самобытной системы физического воспитания русского народа. Они дополнялись средствами закаливания организма: купанием в летнее и зимнее время, жаркой баней.

Таким образом , период развития государства Киевская Русь отмечен новыми успехами в формировании русской национальной системы физического воспитания в сложных условиях постоянной военной угрозы. Разнообразные средства закаливания и физические упражнения в виде кулачных боёв, борьбы, плавания, верховой езды, таких народных игр, как городки, лапта и многих других, а также зимних видов спорта

Литература:

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: Учеб.пособие для студ.высш.учеб.зав.-М: Академия, 2010.-320с.

2. Грунтовский А. Русский кулачный бой.-М: Эксмо, 2013.

3. Самоуков Ф.И. История физической культуры. Под ред. Ф.И.Самоукова.-М: Ф и С, 1956.-206с.;

4. Сахаров А.И. История России/ Сахаров А.И., Буганов В.И. Под ред. А.И.Сахарова.-М: Просвещение, 2014.-336с.

5. Степанова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка.- М, 2006.- 368с.;

6. Столбов В.В. История и организация физической культуры и спорта. Учеб.пособие для студ.пед.институтов.-М: Просвещение, 1982.-287с.

7. Столбов В.В., Фентипов А.А., Мельников А.Ю. История физической культуры и спорта/ Под ред. В.В.Столбова.-М: ФиС, 2001.-423с.

Симонова Алина Константиновна
к. социол. наук, доцент кафедры ГСЭД
Плотников Дмитрий Александрович, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ КАК ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ МАРКЕТИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Актуальность. В наши дни благотворительность, как и спонсорство, в большинстве случаев, рассматривается как основная часть маркетинговой деятельности. Среди многообразия PR-инструментов, спонсорство и благотворительность являются едва ли не самыми популярными и успешными. В связи с актуальностью этого вопроса хочу рассмотреть такую компанию, как «Русская Медная Компания (РМК)», которая очень успешна в этом вопросе.

Русская медная компания основана в 2004 году. Сегодня РМК входит в число крупнейших производителей меди в России.

Медь – один из базовых материалов для многих отраслей современной мировой экономики. Она используется в строительстве, энергетике, автомобильной промышленности и машиностроении, при производстве микропроцессоров и электроники.

Русская медная компания – вертикально интегрированный холдинг. Производственные активы Группы РМК находятся в Челябинской, Свердловской, Оренбургской и Новгородской областях, а также в Республике Казахстан.

Под управлением РМК работают восемь горнодобывающих предприятий, гидрометаллургический комбинат, три металлургических завода и торговая компания. Они осуществляют полный цикл производства – от добычи и обогащения руды до выпуска и реализации готовой продукции.

Цель РМК — войти в число наиболее успешных и высокотехнологичных производителей меди в мире.

РМК делает ставку на эффективное освоение месторождений меди в России. Компания использует наилучшие доступные с точки зрения технологии и экологической безопасности решения в области производства рафинированной меди. Кроме того, она активно участвует в социально-экономическом развитии территорий присутствия своих предприятий.

Хоккейный клуб «Автомобилист» в позапрошлом сезоне (2019—2020 годов) стал самой окупаемой российской командой. Об этом в своем интервью сообщил президент лиги Алексей Морозов.

«Наибольшей окупаемости достигли „Йокерит“ (Финляндия) (27%) и „Автомобилист“ (21%). Мы внимательно следим за этими показателями», — отметил Морозов. Это означает, что менеджменту уральского клуба удалось вернуть свыше четверти инвестированных в клуб средств.

По словам директора хоккейного клуба, команде важна и нужна поддержка РМК. "Мы рады приветствовать "Русскую медную компанию" в числе наших главных партнеров, в нашей хоккейной семье. Уверен, что вместе с РМК мы добьемся больших побед в новом сезоне" – процитировал владелец хоккейного клуба.

Общий бюджет системы «Автомобилиста» в прошлом году составил порядка двух миллиардов рублей. Ключевой спонсор и владелец клуба — Уральская горно-металлургическая компания (УГМК). Кроме того, команду поддерживают «Русская медная компания» (РМК), Газпромбанк и «Россети Урал».

Денежные средства, поступаемые от спонсора, имеют большое значение не только для финансирования данного хоккейного клуба, но и для развития хоккея в общем.

Набоких Юлия Сергеевна.
Преподаватель кафедры ГСЭД
Роженцов Матвей Александрович, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

Формирование информационной компетенции и информационной культуры будущих спортивных тренеров

Характерной особенностью развития современного общества является все возрастающее значение информации, которая становится стратегическим ресурсом. Работа с информацией стала главным содержанием практически любого вида деятельности, в том числе в работе спортивного тренера.

Происходит эволюция педагогической парадигмы, когда перед системой образования становится цель — готовить специалистов двойной компетенции, с одной стороны , жестко связанных с профессией спортивного тренера, с другой стороны - способных не только использовать новые информационные технологии, но и адаптировать их к выполнению специализированных задач.

В отечественной литературе по вопросам информации термин «информационная культура» впервые появился в 70-х годах XX века. Эта проблематика исследуется М.Г. Вохрышевой, А.А. Гречихиным, А.И. Ракитовым, Э.П. Семенюком, Ю.А. Шредером и другими авторами. Анализ работ этих авторов показывает, что информационная культура является одной из граней культуры общечеловеческой или информационной компонентой человеческой культуры в целом.

Понятие «информационная культура» шире, чем информационная компетенция и информационная компетентность. Информационная компетенция интегрирует навыки и умения деятельности субъекта, составляющие его готовность и способность работать с информацией. Информационная компетентность проявляется только при условии личной заинтересованности человека в конкретном виде деятельности. Кроме того,

вопросы контроля уровня информационной культуры трудно ограничить какими-либо нормативными данными, в отличие от информационной грамотности (Information literacy), для которой существуют международные стандарты (стандарты ИФЛА/ЮНЕСКО). Ее уровень сравнительно легко поддается статистической обработке.

С вопросами информационной культуры личности тесно связанны проблемы формирования проблемы формирования компетенции специалиста — тренера. В современной российской педагогике компетенции стали пониматься как личностная составляющая профессионализма, как результат и критерий качества подготовки специалиста.

В научных работах часто употребляются два вида компетенций: базовые (проявляющихся в определенных видах деятельности и формируемые на основе знаний, умений, способностей) и ключевые (проявляющихся во всех видах деятельности и отражающее духовный мир).

Основные организационные формы развития информационной культуры учителя и тренера могут быть традиционными и инновационными направлениями.

К традиционным формам относятся занятия по методике преподавания предмета, реализация госпрограмм, анализ и самоанализ личной деятельности учителя физической культуры и тренера.

Инновационные формы включают в себя, в первую очередь, преподавание интегративных, реализации авторских и вариативных программ, а также использование современных педагогических технологий, в том числе электронных.

Компетентностный подход и другие проблемы формирования информационной культуры учителя физической культуры исследуются в работах Н.И. Гендиной, Н.В. Лопатной, А.В. Майстренко, Н.В. Ходяковой и И.А. Чекина. Как показывает их анализ, формирование информационной культуры во многом определяется свойствами и функциями информации, особенностями ее восприятия, понимания, осмысления, передачи и создания,

выделением ориентиров, установление взаимосвязей, объединение отдельных элементов, определение контекста смыслового высказывания , возможностью объяснить факты и зависимости.

Информационно – коммуникационная компетенция, понимаемая как способность педагога и тренера решать свои профессиональные задачи с использованием информационных и коммуникационных технологий, становится сегодня одним из важных элементов его профессиональной компетенции и информационной культуры.

По определению Н.И. Гендиной, информационная культура отражает степень владения специалистом основами знаний в области методов и технологии работы с информацией, а также наличие опыта, навыков выполнения информационных процедур.

С учетом постоянно меняющихся критериальных факторов, представляется целесообразным расширить трактовку этой дефиниции. Модельная характеристика рассматривается не только в качестве эталона (образца), но и как инструмент поэтапного моделирования и проектирования информационной культуры будущих тренеров физической культуры в период всего обучения. Можно также ввести понятие «модельно-проектная характеристика информационной культуры».

Для наглядности уровни информационной культуры отражены в следующей таблице.

Уровни формирования информационной культуры личности

Уровни	Понятие	Содержание понятия
I	Информационная грамотность	Получение информации (определение, формулировка потребности и нахождение информации) Оценка информации (отбор, извлечение и обобщение информации) Использование информации (применение, подготовка новых информационных продуктов)
II	Информационная компетенция	Представление об информационном обществе и информационных ресурсах. Знание основ поиска и обработки информации из традиционных источников и с помощью современных информационных технологий, умение использовать их в

		повседневной профессиональной деятельности.
III	Информационная компетенция	Высокий уровень информационной подготовки. Знание информационных технологий и умение использовать их в профессиональной деятельности. Индивидуальный опыт и особенности личности, направленные на самосовершенствование, творчество, профессиональный рост с использованием традиционных и современных информационных технологий.
IV	Информационная культура	Одно из базисных элементов общей культуры человека. Информационное мировоззрение осознание необходимости постоянного информационного самосовершенствования. Владение интеллектуальными видами информационных знаний и умений: - постановка задачи; - поиск, анализ, критическая оценка информации; - моделирование процессов и ситуаций; - прогнозирование последствий принимаемых решений; - информационное обеспечение конкретных профессиональных задач и процессов.

Структурно - функциональная модель информационной компетентности будущих спортивных тренеров включает следующие блоки : мотивационно-целевой, методологический, содержательный, организационно-технологический, процессуальный, результативно-оценочный.

Структурно-функциональная модель информационной компетентности

Мотивационно-целевой	Методологический,	Содержательный	Организационно-технологический	Процессуальный	Результативно-оценочный

Главная цель - формирование должного уровня информационной компетенции, которые удовлетворяли не только общество, но и личностные устремления обучающего.

В системе подготовки будущих спортивных тренеров должна быть выстроена цепочка образовательных действий, и такая их профе6ссиональная направленность, которая приводила бы к заданному положительному результату.

Содержательный блок определяет информационно-предметную основу профессиональной подготовки тренера в спорте с позиции метапредметного содержания формирования информационной компетенции, а также саму структуру этого материала. Содержательные компоненты информационной компетенции неотделимы от содержательной составляющей деятельности тренера сферы физической культуры и спорта.

Информационная компетентность спортивного тренера структурно состоит из четырех составляющих: профессионально важных качеств личности, готовности его к информационной деятельности, информационной культуры и информативных способностей.

Организационно-технологический блок. Подготовка спортивного тренера представляется через систему компонентов образовательной и тренерской деятельности.

Результативно-оценочный блок. В этот блок включены критерии, показатели и уровни сформированности информационной компетенции будущих спортивных тренеров.

Список литературы:

1. Штофф В.А. Роль моделей в познании / В.А. Штофф- М: МГУ, 1983. -128с.

2. Маркова А.К. Психологический анализ профессиональной компетентности учителя / А.К. Маркова // Советская педагогика. - 1980 - №8. - с. 82-89.

3. Self J. Dinamics of Learner models// Artificial intelligence and education. - Amsterdam IOS.1994. - P. 128-186.

4. Иностранные языки в школе. №7, 2010. - с.81-86.

5. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. №6, 2021. - с.37-39.

Симонова Алина Константиновна
к. социол. наук, доцент кафедры ГСЭД
Сидоров Вячеслав Михайлович, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

Применение технологии личностно-ориентированного обучения на уроках физической культуры

Главная цель современной школы – способствовать умственному, нравственному, эмоциональному и физическому развитию личности ребенка, раскрывать его творческие возможности, обеспечивать условия для проявления индивидуальности учащихся с учетом их возрастных особенностей. *И Это – личностно-ориентированное образование.*

В работе с детьми огромное значение имеет знание учителя индивидуальных особенностей своих учеников. Учитель физической культуры должен хорошо знать состояние здоровья, физическое развитие каждого учащегося. Для этого нужно знакомится с данными об учащемся и результатами медицинского осмотра.

Также, много информации можно получить при личном контакте с родителями. Всё это дополняется внимательным наблюдением за детьми в процессе всей учебно-воспитательной работы. При индивидуальной работе с учениками на уроках физической культуры необходимо учитывать психологический тип школьника.

Все учащиеся имеют различную физическую подготовку. Поэтому, правильно рассчитанная физическая нагрузка – важное условие для воспитания в детях уверенности, положительного психологического настроя, необходимого для достижения успеха. Слабо подготовленные дети часто стесняются своих товарищей, поэтому неохотно занимаются или избегают выполнения упражнений. В таких случаях учитель должен быть особенно внимательным, иногда облегчая условия выполнения заданий, стремиться вселить уверенность в ребенка. Для таких учащихся не следует создавать

особую обстановку, не заострять на них внимания, но работать с ними индивидуально.

В индивидуальном подходе и особом внимании, не меньше других, нуждаются и дети, имеющие хорошую физическую подготовку. Для них задания могут показаться слишком легкими и, поэтому, некоторые ребята выполняют их небрежно и неохотно. К таким ученикам необходимо предъявлять повышенные требования и усложнять задания, а также, поручать оказывать помощь товарищам и привлекать их к показу и демонстрации упражнений на уроках.

Нередко встречаются учащиеся, которые неуверенно выполняют те или иные задания. Это объясняется отсутствием уверенности в своих силах, боязнью неудачи. Чтобы устранить это – нужно предложить выполнить упражнения в облегченных условиях. Например, при выполнении упражнения в равновесии учитель может уменьшить высоту бревна, поддерживать ученика за руку, при прыжках в высоту опустить планку на меньшую высоту или вместо планки повесить верёвку. Такая помощь оказывает положительное действие и даёт больший эффект, чем безапелляционная требовательность.

И, наконец, иногда встречаются дети, которые не проявляют интереса к физической культуре, неохотно занимаются на уроках, хотя в физическом развитии не отличаются от большинства одноклассников. В таких случаях бывает полезно дать ученику поручение по учебной или внеклассной работе

Для решения этих задач на своих уроках рекомендовано применения технологии личностно-ориентированного подхода, что включает следующие эффективные методы:

Фронтальный метод – когда учащиеся одновременно выполняют упражнения или команду учителя. Его преимущества – охват упражнениями всех занимающихся, высокая плотность урока. Этот способ я использую при обучении большинству упражнений школьной программы.

Поточный метод – учащиеся одно и то же упражнение выполняют по очереди, один за другим, беспрерывным потоком. Преимущество этого метода – возможность наблюдать за индивидуальным выполнением упражнений. Поточный способ используется при выполнении акробатических упражнений, упражнений со скакалкой, опорных прыжков, прыжков в длину и в лыжной подготовке.

Посменный метод – состоит в том, что все учащиеся на уроке распределяются на смены, для выполнения упражнений. Во время занятий одной смены остальные наблюдают за своими товарищами. Этот способ применяется при метании на дальность и в цель, в акробатических упражнениях, лазании.

Групповой метод - при котором каждая группа учащихся занимается самостоятельно, выполняя разные виды упражнений. Этот способ применяют, чтобы рационально использовать время и одновременно изучить 2-3 вида упражнений. Групповой способ применяется только после того, как дети будут достаточно подготовлены к самостоятельным занятиям. Этот метод используются на уроках гимнастики, спортивных и подвижных игр. Распределение учащихся по группам обычно произвожу в зависимости от их физической подготовленности. В спортивных играх и эстафетах группы и команды смешиваются (по физической подготовке). Тогда менее подготовленные ребята равняются на лидеров и стремятся помочь своей команде победить.

Индивидуальный метод заключается в том, что учащимся предлагаются индивидуальные задания, которые выполняются самостоятельно. Этот метод можно применить для учащихся, значительно отличающихся от других по своей подготовленности и способностям, а иногда по состоянию здоровья, а также – в контрольных и зачетных уроках. Он позволяет учителю обращать внимание детей на лучшие выполнения упражнения, на недостатки и ошибки.

Игровой и соревновательный методы используются для повышения двигательной активности и достижения удовлетворенностью уроками.

Для повышения мотивации учащихся к занятиям физической культурой можно на уроках можно создать коллаборативную (совместную) среду, что способствует активизации учебной деятельности.

Для большей эффективности урока можно ориентироваться на создание ситуации успеха, на индивидуальный подход к учащимся, сравнивать детей не друг с другом, а с ним самим, используя метод поощрения для стимулирования деятельности учащихся, привлекать ребят на уроках для судейства спортивных и подвижных игр.

Для объективной оценки достижений используется методы самооценивания и взаимооценивания.

Самооценивание дает ученикам возможность соотносить свою деятельность с критериями оценивания, анализировать свои возможности и проблемы.

При взаимооценивании учащиеся учатся признавать слабые и сильные стороны свои и других учеников и видеть свой прогресс или наоборот.

В результате использования личностно-ориентированного подхода на уроках физической культуры учителю удается:

- раскрыть потенциал учащихся;
- улучшить физические показатели;
- укрепить здоровье;
- повысить мотивацию к занятиям физической культурой;
- научить учащихся использовать полученные знания в повседневной жизни;
- повысить качество знаний учащихся.

Т.о. можно сказать, что личностно-ориентированный подход является одним из важнейших условий обучения, где во главу угла ставится самобытность ребенка, его цели, психологический склад, т.е. ученик как личность. Учебный процесс становится эффективным только при условии

учета индивидуальных особенностей занимающихся. Это способствует развитию физических качеств и интереса к предмету. Оценка не должна являться самоцелью, главное – научить правильному выполнению изучаемых движений и упражнений. Для каждого ребенка должна ставиться индивидуальная цель в соответствии с его физическими и психологическими возможностями.

Симонова Алина Константиновна
к. социол. наук, доцент кафедры ГСЭД
Ситников Максим Сергеевич, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ МИНИ-ФУТБОЛИСТОВ

Развитие мини-футбола в последние десять лет со всей очевидностью продемонстрировало великое множество различий, как в специфике игровой деятельности спортсменов, так и в методических аспектах многолетней спортивной подготовки. В мини-футболе в отличие от других видов спорта, важное значение играет разносторонняя готовность ног к выполнению разнообразных двигательных действий, так как здесь ноги кроме беговой работы являются исполнителем практически всех игровых элементов. Физическую под-готовку юных игроков можно определить как физическое состояние или физическая работоспособность. Физическая подготовка является фундаментом в мини футболе, так как она способствует быстрому овладению умениями и навыками и их прочному закреплению.

Психологическая структура физической подготовки состоит из специальных знаний, физических качеств и методов воспитания физических качеств.

Специальные знания включают понятия и представления о физических качествах:

- понятия формируются в процессе изучения специальной литературы и спортивной терминологии. В спортивной деятельности сложились общие понятия об основных физических качествах: быстрота, выносливость, сила, ловкость, а так же из них вытекающих качествах: динамическая сила, общая выносливость, специальная выносливости, скоростная выносливость, скоростно-силовая выносливость и др. Конкретизация физических качеств обусловливается специфическими

особенностями вида спорта, в частности в мини-футболе это проявление быстроты, скоростной и скоростно-силовой выносливости, лов-кости, специальной и общей выносливости и др.

- представление, это воспроизведенный в сознании спортсмена образ физического качества во всем многообразии его элементов. В состав представлений о физических качествах входит следующее: величина и степень дифференцировки отдельных элементов его структуры, осознаваемые функции организма, связанных с напряжением и расслаблением мышц, частота и глубина дыхания и др. Представления о физических качествах изменяются по мере развития физических качеств у спортсмена и зависят от его функциональных возможностей и уровня тренированности [5].

Мини-футбол игра динамичная с разнообразными перемещениями по площадке, многократными ускорениями и резкой остановкой, и в большинстве случаев действия необходимо выполнять с мячом и поэтому юные игроки должны развивать специализированное восприятие физических качеств. Специализированное восприятие физических качеств - сложный процесс отражения в сознании игроков сущности каждого физического качества в целостном его проявлении. Комплексное отражение сущности физического качества и условий совершаемых двигательных действий входит в состав специализированных восприятий спортсмена. Эти восприятия выступают в виде особого чувства: «чувство мяча», «чувство силы удара», «чувство партнера» и др. Они формируются в процессе длительных занятий и являются своеобразной опорой, на которую спортсмен опирается, ориентируется при выполнении движений.

Движение само по себе невозможно без напряжения мышечных масс, проявление силы. Сила характеризуется степенью напряжения, которые могут развить мышцы при сокращении. Для большинства видов спорта сила в различных ее проявлениях является основным физическим качеством. Таким образом, сила - это способность человека совершать действия с

определенным мышечным усилием. Благоприятный период развития силы 13-14 и 16-17 лет [1,3,7].

Силовые качества мускулатуры связанны:

- с содержанием структурных белков, позволяющих быструю мобилизацию химических процессов,
- с морфологическими особенностями расположения мышечных волокон,
- исходным положением мышц.

Проявление силы связанно со значительной концентрацией процесса возбуждения. Нервные центры ответственные за сокращения должны быть возбуждены, не связанные с сокращением заторможены.

Быстрота, способность человека совершать движения в минимальный для данных условий промежуток времени. Существует три проявления быстроты:

- минимальное время, необходимое для начала действия в ответ на определенный раздражитель латентное время двигательной реакции.
- скорость отдельного движения элемента техники.
- частота движений количество движений выполненных за определенное время [1,3,7].

Стоит отметить, что представленные проявления быстроты могут быть относительно независимы друг от друга: спортсмен может иметь очень быструю реакцию и быть относительно медлительным в движениях и наоборот.

С точки зрения психологии под быстротой понимается способность организма управлять временными параметрами движениями: отражение в сознании спортсмена продолжительности, темпа и ритма движения. Развитие качества быстроты определяется психологическими возрастными особенностями. Лучше всего данное качество развивается в возрасте 14-16 лет у мальчиков и в 11-14 лет у девочек. Данный возраст характеризуется высокой подвижностью и лабильностью нервных процессов. Лабильность

лежит в основе развития скорости реакции и скорости отдельного движения, подвижность в основе развития частоты движений. Именно эти психические процессы и определяют независимость этих двух разновидностей проявления качества быстроты [4,5,6].

Возможность совершать длительное время работы зависит от энергетического потенциала организма, его биохимического субстрата, от обменных процессов в мышцах, от баланса протекания процессов возбуждения и торможения. В связи, с чем выносливости можно дать определение как способность человека совершать длительное время работу, не снижая ее эффективности. Работа на приделе возможностей в длительном промежутки времени связанна с физическим утомлением, иногда болями, желанием прекратить работу. Что бы преодолеть эти трудности необходимо иметь волевое качество настойчивость. Именно настойчивость, терпеливость, упорство лежат в основе проявления и развития качества выносливости. Чувствительный период для развития данного качества 15-17 лет [1,5].

Чувство усталости, проявляющееся при выполнении длительной работы, это субъективное переживание признаков утомления. Это чувства может возникать не только в результате наступления утомления, но и при выполнении монотонной работы. При развитии выносливости особое внимание следует уделять психологическому компоненту воспитанию волевого качества настойчивости [4,5].

Способность человека быстро овладевать новыми действиями и перестраивать двигательную деятельность в связи с изменяющейся обстановкой определяется как ловкость. Так же можно сказать, что ловкость это способность быстро и рационально справляться с двигательной задачей [2,7].

Можно выделить три формы проявления ловкости:

- первая форма ловкости характеризуется пространственной точностью и координированностью движений, без учета скорости их выполнения (лыжный спорт, конькобежный спорт, плаванье и т.п.),

- вторая форма ловкости - это такая пространственная точность движений и такие пространственные координации, которые осуществляются в сжатые сроки. Движение выполняются по заданным параметрам, отклонение от которых ведет к невыполнению их (спортивная и художественная гимнастика, спортивная акробатика и т.п.),
- третья форма ловкости проявляется при решении не стандартных двигательных за-дач. При этом оценивается, насколько выполняемые действия соответствуют сложившейся ситуации в данный момент. Именно эта форма ловкости имеет место в спортивных играх и в частности в мини-футболе [1,3,5,7].

Ловкость обуславливается большим разнообразием условно-рефлекторных связей, характерных для данных родственных форм двигательной деятельности человека. Ловкость зависит от деятельности второй сигнальной системы. Благодаря ей идет оценка обстановки, принятие решений и осуществление сложных движений. Ловкость в своем проявлении комплексное качество, в нем проявляется и сила, и быстрота и выносливость. В различные моменты проявления ловкости эти качества имеют разную значимость. Проявление ловкости зависит от точности восприятия ситуации и ее оценки, которые совершенствуются по мере тренированности. Наиболее благоприятный период развития ловкости 9-12 лет [3,5].

Надо понимать, что ловкость - это специфическое качество и по разному проявляется в различных видах спорта. Например, ловкий гимнаст окажется недостаточно ловким в мини-футболе. Это обусловливается тем, что в мини-футболе от игрока требуется проявления пространственных и временных признаков движения, а для гимнаста будет важным проявление предельной точности воспроизведения мышечных усилий и времени. Проявление ловкости в мини-футболе требует распределения и переключения внимания, быстрой и правильной оценки ситуации.

Таким образом, в процессе развития физических качеств у юных мини-футболистов формируется способность к их произвольной регуляции. Эта

способность лежит в основе обучения технических элементов игры, исправлении ошибок. Развитие этой способности происходит на основе превращения структурных элементов каждого физического качества в факт сознания юного игрока.

Литература

1. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. - М. : Советский спорт, 2009 - 200с.

2. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки /Л.П. Матвеев. - М., 1977.

3. Матвеев, Л.П. Теория и методика физического воспитания / Л.П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 468 с.

4. Общая и спортивная психология. Учебник для физкультурных вузов / Под ред. Г.Д. Бабушкина, В.М. Мельникова. - Омск, 2000.

5. Общая и спортивная психология. Учебник для высших физкультурных учебных заведений. Под ред. Г.Д. Бабушкина. - Омск: СибГУФК, 2004.

6. Психология. Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.М. Мельникова. М., 1987.

7. Филин, В.И. Воспитания физических качеств у юных спортсменов / В.П Филин. - М.: Физкультура и спорт, 1974. - 232 с.

Симонова Алина Константиновна
к. социол. наук, доцент кафедры ГСЭД
Цветов Иван Вадимович, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЭТИКИ ПЕДАГОГА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Профессиональный контекст компетентно ориентированной подготовки педагога по физической культуре составляет совокупность педагогических задач, организационных форм и методов профессиональной деятельности специалистов, а также ситуаций их социально-психологического взаимодействия.

Эффективность профессиональной компетентности в процессе подготовки педагогов по физической культуре понимается нами как результат достижения целей по организации процесса воспитания и обучения, и должна оцениваться в показателях деятельности преподавателей.

В системе профессиональной подготовки педагога по физической культуре одно из важных мест занимает вопрос формирования профессиональной этики специалиста.

Профессионально-педагогическая подготовка преподавателя по физической культуре предусматривает создание всех необходимых условий для того, чтобы обучение не замыкалось на приобретении знаний, умений, навыков, а вызывало новые внутренние силы формирования профессиональной этики.

Анализ теории и существующей практики формирования профессиональной компетентности студентов привел к выводу о недостаточной разработанности объективных показателей, опираясь на которые можно проводить мониторинг процесса формирования профессиональной этики педагогов на разных этапах профессиональной подготовки.

Для того чтобы процесс профессиональной подготовки был наглядным,

необходимо прибегнуть к методу моделирования формирования профессиональной этики педагога по физической культуре. Моделирование - исследование объектов познания на их моделях. Моделирование предполагает построение и изучение моделей реально существующих предметов, явлений и конструируемых объектов:

- для определения или улучшения их характеристик;
- для рационализации способов их построения;
- для управления и прогнозирования [2].

Под моделью (лат. modulus - мера, образец) понимается образ (в т.ч. условный или мысленный — изображение, описание, схема, чертёж, график, план, карта и т. п.) или прообраз (образец) какого-либо объекта или системы объектов ("оригинала" данной М.), используемый при определённых условиях в качестве их "заместителя" или "представителя" [1].

Педагогическая модель формирования профессиональной этики педагога по физической культуре представляет собой интегративную целостность целевого, мотивационного, содержательного, организационно-процессуального и результативно-диагностического компонентов.

В компетентности современного специалиста по физической культуре выделяем *компетентность специальную профессиональную* (реализованная готовность, стремление успешно трудиться в определенной профессиональной сфере деятельности) и *компетентность социально-психологическую* (реализованные стремление и готовность жить в гармонии с собой и другими, гармонии самости и социумности).

Специальная профессиональная компетентность педагога - степень и вид профессиональной подготовки выпускника, наличие у него профессионально-предметных компетентностей, необходимых для выполнения профессиональной деятельности (компетентность в разработке и использовании педагогического инструментария для диагностики социальной действительности, в использовании современных методов обработки и интерпретации педагогической информации и др.). Специальная

профессиональная компетентность непосредственно связана с предметом профессиональной деятельности и функциями педагога, поэтому в дальнейшем нами используется термин *профессионально-предметная компетентность педагога*.

Под функцией профессионально-педагогической деятельности педагогов понимается однородная по содержанию группа устойчиво повторяющихся видов деятельности, выполнение которых характерно для данной категории профессионально-педагогических работников.

Выделяем две группы функций: *целевые* и *операционные.* К *целевым* относятся функции, которые направлены на достижение главной профессиональной цели - обучение профессии и становление личности педагога по физической культуре (обучающая, воспитывающая, развивающая и мотивирующая). К системе *операционных* функций относят конструкторскую, проектировочную, организаторскую, коммуникативную, диагностическую.

Социально-психологическая компетентность педагога определяется наличием компетентностей в сфере межличностных отношений, социального контекста профессиональной деятельности педагога, обеспечивающих продуктивность его трудовой деятельности (коммуникативная компетентность, корпоративная этика, соблюдение этических норм отношений в коллективе, этики поведения и общения; умение работать в команде, компетентность в организации и планировании деятельности и др.).

Классифицирование профессиональной компетентности педагога опирается на предположение о том, что вся система педагогического знания и труда складывается из прикладной и теоретической сфер профессиональной деятельности. Каждая из этих сфер, в свою очередь, включает два вида деятельности педагога: исследовательскую профессиональную (проведение психолого-педагогических исследований) и педагогическую профессиональную (преподавание физической культуры в учебных заведениях**)**. В соответствии с этим профессиональная

компетентность педагога складывается из компетентности в теоретической и прикладной сферах деятельности - исследовательской и педагогической.

Содержание компонентов профессиональной компетентности педагога по физической культуре может быть представлено следующим образом:

1. *Исследовательская теоретическая компетентность (социально-психологическая - ПКп1 и профессионально-предметная - ПКп2),* предполагающая исследование, описание, объяснение и понимание этических процессов развития, этики науки, разработку концептуальной педагогической модели исследования, познание педагогической реальности и преобразование педагогической действительности.

2. *Исследовательская прикладная компетентность (социально-психологическая - ПКп3 и профессионально-предметная - ПКп4),* которая определяет осуществление практической реализации теоретической педагогики, профессиональной этики, педагогическое управление, реализацию методов педагогического планирования и прогнозирования, нахождение средств для осуществления значимых целей.

3. *Педагогическая теоретическая компетентность (социально-психологическая - ПКп5 и профессионально-предметная - ПКп6),* реализующаяся в изучении педагогической практики формирования профессиональной этики, корпоративной этики, этики общения и поведения; диагностике состояния и результатов педагогических процессов формирования профессиональной этики, в выявлении устойчивых связей и закономерностей в педагогических явлениях, а также в прогностическом исследовании педагогической деятельности.

4. *Педагогическая практическая компетентность (социально-психологическая - ПКп7 и профессионально-предметная - ПКп8)* определяет чаще всего технологическую компоненту профессионально-педагогической деятельности преподавателя по физической культуре: разработку методических материалов, внедрение достижений педагогической науки в практику формирования профессиональной этики. Педагогическую компе-

тентность педагога по физической культуре можно рассматривать в единстве гностического, прогностического, проектировочного, конструктивного, организационного, оздоровительного и коммуникативного компонентов.

Организационно-процессуальный компонент включает в себя эффективные формы, методы, средства и методические приемы формирования профессиональной этики педагога по физической культуре.

По результатам анализа различных подходов к организации образовательного процесса, различных моделей обучения (традиционное, проблемное, программированное, модульное, личностно-ориентированное) на предмет определения их возможностей для развития профессиональной этики педагогов сделан вывод, что методика формирования профессиональной этики как ценностно-смысловой основы профессиональной компетентности может и должна использовать возможности каждого из них. При этом наиболее полно и обоснованно основным характеристикам компетентностной образовательной парадигмы отвечает контекстное обучение (А.А. Вербицкий).

Моделирование содержания и динамики осваиваемой студентами профессионально-педагогической деятельности осуществляется посредством технологии контекстного обучения, сущность которой состоит в использовании профессиональной среды в качестве основополагающего условия формирования профессиональной этики.

В роли основных методов организации учебно-познавательной деятельности студентов используются информационно-рецептивный, репродуктивный методы, метод проблемного изложения, эвристический и исследовательский методы.

Учебно-познавательная деятельность осуществляется в рамках организационной структуры коллективного способа обучения, включающего коллективно-фронтальную форму, работу в парах сменного состава и самостоятельную работу, ситуационно-ролевые игры, тренинги по формированию профессиональной этики. Общие формы обучения

реализуются в лекционных, семинарских и практических занятиях.

В учебных ситуациях происходят усвоение и актуализация профессиональных знаний, умений, навыков, становление смыслообразующих профессиональных мотивов, развитие профессионально важных качеств, профессионального мышления, а также эмоционально-волевой регуляции реализации профессиональной этики.

В зависимости от ведущих функциональных возможностей ситуации формирования профессиональной этики условно можно разделить на следующие виды (проблемные, эмоционально-ценностные, учебно-познавательные, творческие, практические)**,** которые характеризуются как:

- ситуации формирования мотивов профессиональной деятельности;
- ситуации формирования профессиональных знаний;
- ситуации формирования профессиональных ценностных отношений, профессиональной этики;
- ситуации формирования профессионально важных качеств;
- ситуации формирования профессиональных умений, навыков;
- ситуации формирования механизмов реализации профессиональной этики, ситуации проявления этического поведения.

Таким образом, при формировании профессиональной этики традиционные виды и формы работы преобразуют цели и смыслы этой деятельности. Совокупность педагогических задач, организационных форм и методов профессиональной деятельности специалистов, а также ситуаций их социально-психологического взаимодействия составляют профессиональный контекст этической подготовки педагога по физической культуре.

Литература

1. Большая советская энциклопедия. Гл. ред. А.М. Прохоров, 3-е изд. Т. 1-30. - М., «Сов. энциклопедия», 1969-78.

2. Общая психология. Словарь / Под. ред. А.В. Петровского. - М.: ПЕР СЭ, 2005. - 251 с.

Васина Ирина Ивановна
к. историч. наук, доцент кафедры ГСЭД
Щукин Дмитрий Русланович, студент.
Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург

ЭТИКЕТ КАК КУЛЬТУРНАЯ ТРАДИЦИЯ: ЭТИКЕТНАЯ КУЛЬТУРА СПОРТСМЕНА

Этикет – слово французского происхождения. На одном из грандиозных приемов у короля Людовика XIV гостям вручали карточки с перечислением требуемых от них правил поведения. От французского названия карточки – «этикетка» и произошло слово «этикет». Этикет в общепринятом смысле символизирует воспитанность, хорошие манеры, умение вести себя в обществе. А если дать более научное, теоретически верное определение данному явлению, то этикет – это культурно-эстетическое оформление внешнего поведения человека в его взаимоотношении с окружающим миром, главным образом социальным, набор поведенческих пластических и речевых знаков, символизирующих хороший тон и общепринятые нормы поведения.

Этикет в немалой степени есть показатель личной культуры человека, его воспитанности. Этикетная культура формируется в результате постоянной практики взаимодействия с людьми на всех уровнях социальных связей и коммуникаций личности.

Появление этикета в истории общества не случайно. Оно вызвано было необходимостью регулировать поведение людей в условиях усложнения, расширения, углубления человеческих взаимоотношений. Возникновение этикета связано, прежде всего, с формированием общества, разделенного на классы. Чем больше становились различия между отдельными сословиями, тем сильнее различались этикетные формы. Пример тому – придворный этикет – чрезвычайно усложненный, имеющий мало общего с манерами поведения простых людей.

В буржуазную эпоху этикет становится более демократичным. Из жизни уходят далекие от здравого смысла этикетные нормы. В то же время в отношениях между людьми остаются общепризнанные правила вежливости, такта, поскольку они облегчали и украшали взаимодействие людей.

Спорт – специфический состязательно-игровой вид человеческой деятельности и форма социально обусловленной человеческой активности, поэтому любой спортсмен должен следовать существующим канонам этикетной культуры спорта. Каковы же основные разновидности этикетной культуры спортсменов? Рассмотрим наиболее важные из них.

Внешний вид и одежда спортсмена.

В этикете спортсмена большую роль играет внешний вид, так как он имеет непосредственное отношение к культуре поведения, создает первое впечатление о представителе спорта.

Образцовый внешний вид спортсмена - это, с одной стороны, отражение чистоты и высших эстетических идеалов спорта. Спортсмен – олицетворение уникального гармоничного сочетания красоты и совершенства телесной формы человека и возвышенности духовного мира. Образцовый внешний вид является элементом общей культуры спортсменов. Красивая спортивная форма лучше оттеняет внутреннее благородство человека, его духовную красоту, богатый духовный мир. Спортсмен неопрятного внешнего вида, каковы бы ни были его духовные и моральные качества, не может быть назван человеком высокой культуры.

С другой стороны, образцовый внешний вид - это и отражение системы важных статусно-ранговых и других общественных отношений. Существует тесная взаимосвязь между внешним видом спортсмена и его внутренним миром.

Образцовый внешний вид - это и необходимая санитарно-гигиеническая норма. Постоянные тренировки и участие в спортивных акциях и соревнованиях связаны с соприкосновением форменной одежды с различными поверхностями спортивных сооружений, снарядов и

аксессуаров, а в условиях действий на открытом воздухе - с воздействием пыли, атмосферным осадков. Поэтому необходимо производить своевременную стирку спортивной формы, а также ее глажение.

Речевая культура спортсмена.

Особые требования предъявляет этикетная культура спорта к речи спортсменов и их устному общению. Речь спортсмена должна быть, с одной стороны, информативно богатой и ясной, терминологически верной, с другой стороны, особенно в условиях игр и соревнований – лаконичной, емкой, рассчитанной на моментальную передачу товарищу по команде нужной информации, даже в форме простого речевого сигнала. Поэтому речь спортсмена обязана быть дикционно четкой, внятной и вместе с тем информативно точной. В обыденной жизни, при взаимодействии с социальной средой, речь спортсмена должна быть грамотной, учтивой, лексически богатой и вежливой. Особое внимание хотелось бы заострить на проблеме использования нецензурной лексики спортсменами, увы, иногда встречающейся в лексиконе представителей спортивных объединений. На первый взгляд может показаться, что нецензурная лексика вполне естественна и объяснима в спорте вследствие экстремального характера многих видов спорта, колоссальных моральных и физических нагрузок, испытываемых спортсменом, а также как удобное средство психологической релаксации после наивысших фаз физического и морального напряжения во время игр и соревнований. Однако это не так. Обращение к нецензурным словам и изречениям медленно, но верно притупляет волю спортсменов, порождает в характере элементы расхлябанности, внутренней дезорганизации, и может быть особенно вредным при взаимодействии с представителями спортивных объединений на международном уровне. Нецензурная брань приучает спортсмена идти по самому легкому и примитивному пути снятия морального и физического напряжения, а уже сам факт использования легких путей в спорте разрушает мотивацию спортсменов и их волю к победе, стремление к преодолению трудностей. А

ведь на этих качествах и основывается спорт, как вид состязательной игровой деятельности. Поэтому спортсменам следует исключить из своего лексикона нецензурную лексику. Следует воспитывать чистоту и эстетичность речи, ее информативную грамотность и четкость. Ведущую роль в этом плане должны сыграть положительный пример и воспитательная работа тренеров, спортивных лидеров и педагогов, поскольку у спортсменов имеются верные стимулы для овладения речевой культурой, исходящие из самой специфики спортивной деятельности, в частности, ее международного характера.

Общая поведенческая этикетная культура спортсмена.

При *знакомстве* мужчины встают, а девушка, (если она сидит), как правило, не поднимается. При знакомстве с мужчиной первой для рукопожатия протягивает руку девушка, если конечно, находит это нужным, если нет, то ограничивается кивком головы. В остальных случаях первым протягивает руку старший по возрасту (в частной обстановке) или по служебному положению (на работе), то есть начальник - подчиненному, тренер - воспитаннику.

Представляя человека, следует не только четко и ясно назвать фамилию и полное имя, но и слегка охарактеризовать его, облегчив таким образом начало беседы только что познакомившимся людям. Это может происходить так: “Мариночка, позволь представить тебе моего друга и товарища по команде Киселева Дмитрия. Он - прекрасный гитарист, увлекается поэзией”. И, обращаясь к товарищу: “А это моя одноклассница, Марина Петрова”.

Если Вы часто бываете в одном том же учреждении: библиотеке, столовой, - хорошо знаете их работников в лицо, и они знают Вас, даже не состоя с Вами знакомстве, то приветливая улыбка и легкий поклон при встрече будут вполне уместны и приятны. Приветствуя своих друзей, не лишайте их удовольствия обменяться с Вами приветственным взглядом.

Улица есть улица. На ней бывает многолюдно. Поэтому как бы Вы ни спешили, не летите, расталкивая толпу, будто за Вами кто-то гонится, но и не

плетитесь еле-еле, заставляя прохожих обходить Вас, как бы много свободного времени у Вас ни было. При встрече со знакомым не задерживайтесь на тротуаре для беседы, а отойдите с ним в сторону.

Не прогуливайтесь по тротуару, выстроившись с товарищами в шеренгу по четыре (встречные не обязаны обходить Вас по краю, прижимаясь к домам или выходя на проезжую часть).

Воспитанный человек ведет себя на улице так, чтобы как можно меньше привлекать к себе внимания окружающих.

Выйдя за пределы спортклуба или стадиона, Вы непременно вступаете в различные контакты с представительницами слабого пола. Помните, что на основании отношения мужчины к женщине можно судить о степени общей культуры человека.

Сопровождая девушку на улице, мужчина всегда идет с левой стороны, принимая на себя все перипетии встречного движения. Молодой человек, сопровождающий на улице девушку, должен помочь ей нести хозяйственную сумку, пакет, сверток, все, что угодно, кроме дамской сумочки - это предмет женского туалета и в руках мужчины выглядит смешно.

Если Вы в спортивной форме, то обязаны строго соблюдать установленные правила ношения спортивной формы одежды. В руках у Вас может находиться лишь то, что не нарушает достоинство и символичность вашей формы. Это может быть дипломат, чемоданчик, портфель, но не цветастая хозяйственная сумка с плохо упакованными сосисками или полиэтиленовый пакет с маргарином, мясом и пакетом кефира.

Сопровождающей Вас девушке во всех мало-мальски опасных ситуациях (при переходе улицы, при гололеде, при движении по лестнице вниз и тому подобное) лучше предложить руку. Кстати, под руку можно ходить не только с любимой девушкой, но и престарелой бабушкой, попросившей проводить ее в гости к приятельнице, и с мамой, гордящейся своим сыном, и с посторонней женщиной, боящейся перейти по

заледеневшей дороге с остановки на тротуар, и во многих других случаях, когда ваша рука и доброе сердце могут помочь людям.

Поднимаясь в транспорт и продвигаясь в толпе, следите за тем, чтобы ваши руки не упирались в спину впереди идущего. Войдя в общественный транспорт, не останавливайтесь сразу у дверей, этим Вы помешаете проходить другим пассажирам. Не тяните с оплатой проезда. Заплатить за проезд, нужно так, чтобы Ваша спутница видела это, в противном случае она будет чувствовать себя неудобно, поскольку боязнь обидеть Вас не позволит ей самой купить билеты, а встречи с контролером внесет тревогу в ее настроение.

Спортсмен во всех видах общественного транспорта должен поприветствовать вошедшего тренера или педагога или мастера спорта и при отсутствии свободных мест предложить ему свое. Вообще культурный молодой человек всегда уступит место девушке, женщине, пожилым и престарелым. Как видите, лучше вообще не садиться.

При выходе из транспорта пользуйтесь следующим правилом: сначала выйдите сами, а затем подайте руку своей спутнице, помогая спуститься со ступенек трамвая или автобуса.

Список литературы:

1. Грушевицкая, Т. Г. Культурология / Т.Г. Грушевицкая, А.П. Садохин. - М.: Юнити-Дана, 2017. - 688 с.

2. Гуревич, П.С. Культурология / П.С. Гуревич. - М.: Проект, 2016. - 337 с.

3. Кармин, А. Культурология / А. Кармин. - М.: Лань, 2017. - 302 с.

4. Кравченко, А.И. Культурология / А.И. Кравченко. - М.: Академический Проект; Издание 3-е, 2016. - 496 с.

5. Культурология / ред. А.А. Радугин. - М.: Центр, 2018. - 304 с.

6. Культурология в вопросах и ответах / ред. Г.В. Драч. - М.: Ростов-на-Дону: Феникс, 2016. - 480 с.

Сборник тезисов
кафедральной научно-практической конференции:

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Кафедра Гуманитарных и социально-экономических дисциплин
Екатеринбургского института физической культуры (филиал)
ФГБОУ ВО УралГУФК