

Обобщая результаты проведенных исследований, можно сделать вывод о том, что двигательная активность является неперенным условием для: повышения уровня здоровья и работоспособности у женщин зрелого возраста; улучшения показателей функционального состояния, двигательной подготовленности, эмоциональной устойчивости; ведения успешной профессиональной деятельности.

### **Литература**

1. Зверьева, З. Ф. Адаптация к физической нагрузке женщин зрелого возраста (опыт применения курса оздоровительной гимнастики) / З. Ф. Зверьева, Е. В. Морошник, О. В. Еланская, Н. А. Исаева // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 2 (168). – С. 152–158.

2. Чернышева, Е. Н. Двигательная активность как средство психофизиологической адаптации бывших спортсменов зрелого возраста в условиях жизнедеятельности / Е. Н. Чернышева // В сборнике: Научные исследования высшей школы по приоритетным направлениям в АПК. Материалы международной научно-практической конференции, посвященной Дню Академии. – Великие Луки, 2023. – С. 490–493.

3. Чернышева, Е. Н. Комплексная диагностика двигательной подготовленности женщин в возрасте 35-39 лет / Е. Н. Чернышева // Бизнес. Образование. Право. – 2023. – № 3 (64). – С. 519–525.

4. Чернышева, Е. Н. Социально-психологическая адаптация спортсменов после завершения спортивной карьеры как педагогическая проблема / Е. Н. Чернышева // В сборнике: Научные исследования высшей школы по приоритетным направлениям в АПК. Материалы международной научно-практической конференции, посвященной Дню Академии. – Великие Луки, 2023. – С. 496–499.

5. Чернышева, Е. Н. Характеристика функционального состояния нервно-мышечного аппарата спортсменов завершивших карьеру / Е. Н. Чернышева // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2023. – № 8 (222). – С. 378–381.

6. Чернышова, Е. Н. Мониторинг параметров физического состояния и психомоторных функций ветеранов спорта / Е. Н. Чернышова, В. Г. Никитушкин // В сборнике: Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения. Материалы IV научно-практической конференции с международным участием. – Московский городской педагогический университет, Педагогический институт физической культуры и спорта, 2014. – С. 289–291.

УДК 796.093:796.011.3

## **РОЛЬ СПОРТИВНЫХ ИГР В ОЛИМПИАДЕ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ»**

**Шкирьянов Д.Э.**

Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»,  
г. Витебск, Республика Беларусь

В отечественной практике олимпиадного движения по учебным предметам в последние десятилетия активными темпами развивается олимпиада «Физическая культура и здоровье». На территории нашей страны данная олимпиада впервые прошла в 2018 году в г. Молодечно. Согласно установившейся практики она проходит в 4 этапа, при этом её отличительной особенностью по праву можно считать тот факт, что она является одной из самых продолжительных. Так, независимо от этапа олимпиады ее программа предусматривает четыре тура: теоретический (письменная форма) и практические – плавание, спортивные игры и оценка уровня физической подготовленности [1, 2, 3].

Ежегодна среди областных центров разгорается серьезная конкуренция за первенство в олимпиадном движении, как правило результаты выступления учащихся являются условных индикатором качества организации образовательного процесса по учебному предмету

«Физическая культура и здоровье» в области. Данный факт закономерно порождает среди специалистов физической культуры поиск наиболее эффективных методик подготовки учащихся к заключительному этапу. Сложившаяся ситуация определила цель нашего исследования

**Цель исследования** – разработка модуля «Спортивные игры» для программы учебно-тренировочных сборов подготовки юношей к заключительному этапу олимпиады по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (на примере Витебской области).

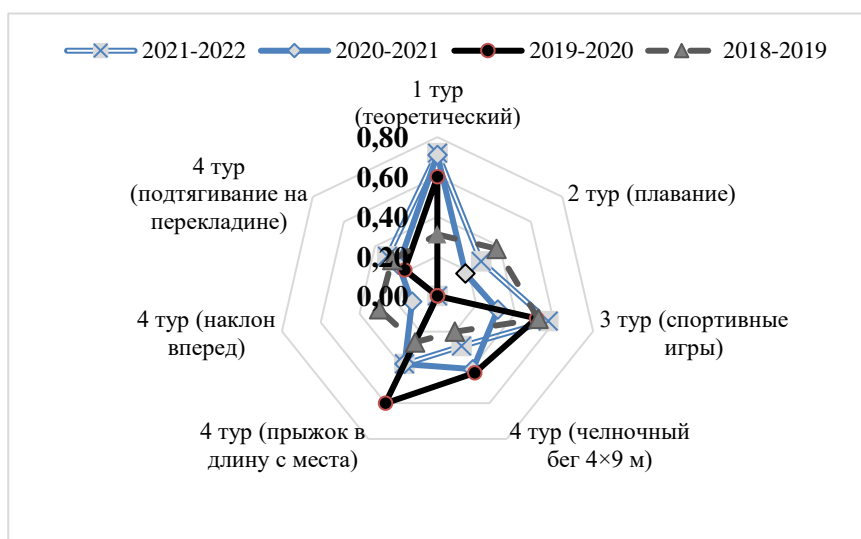
**Материал и методы.** В рамках педагогического исследования нами были проанализированы протоколы заключительного этапа Республиканской олимпиады по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в 2018/2019 (г. Мозырь), 2019/2020 (г. Гродно), 2020/2021 и 2021/2022 учебные годы (г. Витебск). Общее количество испытуемых 131 юноша.

В работе использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, анализ нормативных документов и программно-методической документации, педагогическое тестирование, хронометраж, педагогическое наблюдение методы математической статистики.

**Результаты и их обсуждение.** При анализе результатов выступления юношей на заключительном этапе республиканской олимпиады в период с 2018 по 2022 годы было установлено, что наибольшее количество призовых дипломов было получено учащимися из Могилевской области – 14 штук. Витебская область по общему количеству завоеванных дипломов находится на 3 месте – 10, наиболее удачным для наших земляков был 2020/2021 учебный год, когда юноши завоевали по 2 диплома 2 и 3 категорий.

Обобщение и анализ статистических данных исследования показал, что результаты практического тура «спортивные игры» имеют умеренную тесноту статистической связи с результатами итогового выступления, а именно  $r=0,52$  при  $p<0,05$  в 2018/2019 учебном году,  $r=0,51$  при  $p>0,05$  в 2019/2020,  $r=0,31$  при  $p<0,05$  в 2020/2021 и  $r=0,57$  при  $p<0,05$  в 2021/2022 (рисунок).

Справедливо отметить, что ребята из Витебской области в данном туре олимпиады демонстрируют стабильные результаты, которые как правило выше среднеарифметических (таблица). Однако, при этом они допускают достаточное количество типовых ошибок, связанных с ведением мяча, попаданием в кольцо и ворота, точностью подач и качеством передач в волейболе и другое. Очевидно, что их устранение позволит обеспечить нашим ребятам лидирующие позиции среди сверстников в данном туре и окажет благоприятное влияние на итоговый результат (рисунок 1).



**Рисунок 1 – Корреляционная взаимосвязь показателей туров заключительного этапа олимпиады с итоговым местом**

Мы предполагаем, что одним из эффективных путей повышения качества выступления учащихся Витебской области на заключительном этапе Республиканской олимпиады, может послужить разработка программы учебно-тренировочных сборов, которая проводится накануне заключительного этапа в течение 10-12 дней. С учетом выявленных недостатков, технической и тактической подготовленности витебских школьников считаем целесообразным следующее распределение программного материала: теоретический раздел – 6 часов, плавание – 12 часов, спортивные игры – 24 часа, физическая подготовка – 8 часов. Модуль «спортивные игры» представлен в таблице 1.

**Таблица 1 – Фрагменты программа учебно-тренировочных сборов подготовки юношей Витебской области к 4 этапу Республиканской олимпиаде по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (спортивные игры)**

<b>Раздел 3: практический – спортивные игры (24 часов)</b>			
1	<b>Теоретическая подготовка</b> <i>Баскетбол</i> <i>Волейбол</i> <i>Гандбол</i> <i>Футбол</i>	8 часов 2 часа 2 часа 2 часа 2 часа	- история зарождения игры. Первое упоминание. Официальные соревнования; - сильнейшие команды мира и Европы; - развитие и успехи игрового вида в Республике Беларусь; - правила соревнований, размеры площадки, судейство; - классификация технических элементов игры; - основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр; - структура соревновательной деятельности спортивной игры.
2	<b>Техническая подготовка</b>	12 часов	
2.1	<i>Баскетбол</i>	2 часа	<u>Техника передвижения</u> : приставной шаг, остановки. <u>Техника владения мячом</u> : ведение с изменением направления и высоты отскока, ведение с изменением направления, штрафной бросок, бросок в движении (после двух шагов). Комбинации из ранее изученных технических элементов.
2.2	<i>Волейбол</i>	2 часа	<u>Техника передвижения</u> : стойка игрока. <u>Техника владения мячом</u> : Передача двумя руками сверху в опорном положении (короткая и средняя), двумя руками снизу (короткая и средняя). Приём мяча двумя руками снизу и сверху. Подачи: верхняя прямая, нижняя прямая на точность попадания.
2.3	<i>Гандбол</i>	2 часа	<u>Техника владения мячом</u> : ведение мяча с изменением направления, броски мяча из опорного положения, в прыжке, в падении, семиметровый бросок. Бросок на точность. Комплексные упражнения из ранее изученных элементов.
2.4	<i>Футбол</i>	2 часа	<u>Техника владения мячом</u> : ведение по прямой и с изменением направления, способы остановки мяча, удары по мячу ногой – внутренней стороной стопы, носком. Удары по мячу неподвижному, катящемуся на точность попадания. Комплексные упражнения из ранее изученных элементов.
3	<b>Технико-тактическая подготовка</b>	4 часа	<u>Совершенствование технических приёмов</u> . Игровые комбинации. Совершенствование комплексных игровых упражнений, состоящих из технических приёмов спортивных игр: баскетбол, волейбол, гандбол, футбол.

**Заключение.** Установлено, что уровень выступления юношей Витебской области на практическом туре «спортивные игры» в рамках заключительного этапа олимпиады по учебному предмету «Физическая культура» и здоровье в 2018-2022 годы оказывает существенное влияние на итоговый результат выступления. С целью повышения уровня выступления юношей на олимпиаде нами впервые разработан и предложен для внедрения в работу модуль «спортивные игры» для комплексной программы учебно-тренировочных сборов по подготовке учащихся, общий объем которого, по нашему мнению, должен составлять 24 часа. Оценка эффективности предложенной разработки является предметом дальнейших исследований.

### **Литература.**

1. *Тема 3.1 Олимпиадное движение как фактор развития ребенка в образовательной организации, условие формирования опыта творческой деятельности [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mooc.do.altspu.ru/mod/book/view.php?id=348&chapterid=577>. – Дата доступа: 07.08.2022.*

2. *Об утверждении инструкции о порядке проведения Республиканской олимпиады по учебным предметам [электронный ресурс] : постановление Министерства образования Республики Беларусь, 20 ноября 2003 № 73. – Режим доступа: <https://edu.gov.by/sistema-obrazovaniya/glavnoe-upravlenie-obshchego-srednego-doshkolnogo-i-spetsialnogo-obrazovaniya/srennee-obr/respublikanskaya-olimpiada-po-uchebnym-predmetam/>. – Дата доступа: 12.08.2021.*

3. *О проведении в 2020/2021 учебном году республиканской олимпиады по учебным предметам [электронный ресурс] : приказ Мин. образования Республики Беларусь, 25.09.2020 № 644 //Республиканская олимпиада по предмету «Физическая культура и здоровье». – Режим доступа: <https://olympiad.by/wp-content/uploads/2020/11/...pdf>. – Дата доступа: 12.08.2021.*

УДК 796

## **ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС И СТАНОВЛЕНИЕ ГРАЖДАНСКОЙ ПОЗИЦИИ МОЛОДЕЖИ**

**Щуко В.М.**

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины»,  
г. Витебск, Республика Беларусь

Являясь приоритетным направлением общественного воспитания, воспитание гражданина ориентировано на непосредственное приобщение юношей и девушек к жизни в обществе через формирование их гражданской позиции. Учитывая междисциплинарный статус проблемы личности, следует отметить, что понятие «*гражданская позиция*» находится в поле внимания общественных наук, психологии, педагогики и духовной культуры.

Гражданская позиция проявляется и формируется в конкретных делах. Возможность проявить свое отношение к людям, обществу, найти способы практической реализации себя во взаимодействие с окружающим миром человек получает в деятельности. Через нее человек познает мир, себя, формирует свое самосознание, нравственные и социальные установки, реализует свое я [2].

Содержание педагогического процесса формирования гражданской позиции личности включает в себя овладение социально ценным жизненным опытом. Процесс передачи социального опыта ориентируется на естественные интересы молодых людей, предусматривающие эмоциональную насыщенность самого процесса.