

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК ВАЖНЕЙШИЙ
ФАКТОР ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ
ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**PHYSICAL CULTURE AND SPORT AS THE MOST
IMPORTANT FACTOR OF TRAINING SPECIALISTS IN THE
FIELD OF TECHNICAL SUPPORT OF SPORTS ACTIVITIES**

Глазырин А. А., кандидат педагогических наук, доцент
Белорусский государственный университет, г. Минск

Пильневич А. А., старший преподаватель
Белорусский национальный технический университет, г. Минск

АННОТАЦИЯ. В статье рассматривается роль физической культуры и спорта с позиций идейного, нравственного, умственное, трудовое, эстетическое и физическое воспитание студенческой молодежи в условиях непрерывного реформирования системы образования.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: физическая культура и спорт; средства физической культуры, студенты.

ABSTRACT. The article discusses the role of physical culture and sports from the standpoint of ideological, moral, mental, labor, aesthetic and physical education of students in the context of continuous reform of the education system.

KEY WORDS: physical culture and sport; means of physical culture, students.

В современном обществе физическая культура и спорт имеют в своем содержании такие уникальные средства, с помощью которых можно готовить специалистов высокого уровня к новым видам производств. Основными средствами в образовательном процессе учреждений высшего образования являются физические упражнения общего и специального характера. Они способствуют высокой творческой и двигательной активности.

Правильное использование их в образовательном процессе способствует повышению умственной работоспособности студентов, совершенствованию ряда необходимых им профессиональных качеств – глубины мышления, соответствующих комбинаторных способностей, оперативной памяти, простых и сложных двигательных реакций.

Систематические занятия физической культурой, спортом и туризмом в Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи Республики Беларусь определены как важнейшее условие воспитания культуры здорового образа жизни [2].

Понятие «здоровый образ жизни» рассматривается как организация труда, отдыха, творческого выражения, удовлетворение культурных и физиологических потребностей человека, обеспечивающих ему выполнение биосоциальных функций [3, с. 33].

Не случайно, как показывают исследования в области физической культуры и спорта А. А. Гужаловского, Л. П. Матвеева, Ж. К. Холодова и др., внедрение различного рода упражнений, а также масштабность использования различных видов спорта, таких как фитнес, черлидинг, туризм, в научную, спортивную, образовательную деятельность высших учебных заведений позволит создать условия для понимания студентами важнейших проблем, связанных с подготовкой человека к перенесению нагрузок, требующих защиты от различного рода опасностей (техногенных, антропогенных, бытовых, природных и др.).

Как показано в работах С. М. Блоцкого, В. Н. Дворака, В. А. Коледы, М. М. Круталевича, Р. И. Купчинова, Т. Д. Поляковой, С. Б. Репкина, В. Ф. Свитина и др., в процессе занятий физической культурой и спортом осуществляется идейное, нравственное, умственное, трудовое, эстетическое и физическое воспитание.

Идейное воспитание в образовательном процессе в настоящее время должно быть направлено на воспитание патриотических чувств, гордости за родную страну, уважения к достижениям ее известных людей, в том числе, спортсменов.

Занятия физическими упражнениями и спортом имеют целенаправленный характер и, как правило, коллективный, где формируются умения подчинить свои личные интересы интересам коман-

ды, что воспитывает в каждом будущем специалисте чувство коллективизма, преданность своему коллективу, своей спортивной команде. В спортивных соревнованиях раскрываются такие черты нравственного облика человека, как благородство, честность, уважение к сопернику, что формирует у будущего специалиста способность подчинять свое поведение требуемым в обществе нормам, создавать комфорт в различных ситуациях. На наш взгляд, это поможет ему после окончания высшего учебного заведения почувствовать себя в любом коллективе человеком коммуникабельным и очень востребованным в разных, и порой сложных, профессиональных ситуациях.

Что касается умственного воспитания, можно сказать, что оно имеет две стороны: образовательную и воспитательную. Образовательная сторона связана со специальными знаниями, в частности в области технического обеспечения спортивной деятельности, внедрения инновационных технологий и технических средств. Это дает возможность развивать такие умственные качества занимающихся спортом студентов, как внимание, восприятие, наблюдательность и добиваться успехов в профессиональной деятельности. Воспитательная сторона дает возможность получить сведения о рациональных способах выполнения профессиональных двигательных действий, целесообразном использовании приобретенных навыков и умений в жизни.

Сущность профессионального воспитания заключается в приобретении студентами компетенций, которые требуют не только овладения профессиональными умениями и навыками, но и развития таких физических качеств личности, как сила, выносливость, быстрота, гибкость, ловкость. При этом необходимо указать, что при развитии этих качеств у будущих специалистов повышается степень отношения к труду и овладения культурой труда.

В эстетическом воспитании физическая культура и спорт оказывает влияние на развитие способностей будущего специалиста правильно понимать прекрасное [1, с. 22]. Особенно это связано с профессиями в области технического обеспечения спортивной деятельности. При занятиях физической культурой и спортом занимающийся постоянно сталкивается с проявлениями прекрасного. Личность студента развивается гармонично, движения и действия

становятся более изящными, энергичными, красивыми, что переносится на освоение профессиональных обязанностей, связанных с обслуживанием и эксплуатацией спортивных сооружений, а также на его поведение в современной общественной среде.

Физическая культура и спорт широко многопланово используется для решения задач оздоровления и укрепления здоровья студентов. Особая роль в этом отводится такому виду деятельности студентов, как туристская, теоретические основы которой раскрываются в работах по теории и методике физической культуры и спорта (Б. А. Ашмарин, Н. А. Бернштейн, Л. Д. Глазырина, А. А. Гужаловский, Л. П. Матвеев, А. Г. Фурманов, Ж. К. Холодов и др.).

Вышеназванные авторы отмечают, что туристическая деятельность является не только перспективным средством оздоровления, но и играет важную роль в активизации международных связей в области физической культуры и спорта, выступает эффективной компенсацией труда, вызывает радость жизни, служит закаливанию и повышает физическую жизнедеятельность организма будущего специалиста, и главное – формирует ценности общецивилизационного порядка, под влиянием которых меняется стиль жизни современной студенческой молодежи.

Таким образом, при решении любых профессиональных задач в области технического обеспечения спортивной деятельности физическая культура и спорт как важное общественное явление в Республике Беларусь, осуществляемое в массовой подготовке национальных кадров, используется как средство решения современных задач, способствующих развитию широкого диапазона в функциональной подготовленности будущих специалистов к трудовой деятельности.

Список литературы

1. Глазырин, А. А. Здоровый образ жизни в гуманитарных науках / А. А. Глазырин // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма. Материалы VII Международной научно-практической конференции. – Мозырь, 2018. – С.22–23.

2. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи: утверждена постановлением Министерства образования Рес-

публики Беларусь 15.07.2015 № 82 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://adu.by/ru/rukovoditelyam/organizatsiya-vospitaniya.html>. Дата доступа: 10.09.2022.

3. Теория и методика физической культуры : словарь-справочник / сост. А. Л. Смотрицкий. – 3-е изд., доп. и испр. – Минск : Респ. ин-т высш. шк., 2009. – 172 с.

УДК 796.414.6:159.9

УВЕЛИЧЕНИЕ СКОРОСТИ БЕГА СПРИНТЕРОВ 13–14 ЛЕТ ПУТЕМ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ

INCREASING THE RUNNING SPEED OF SPRIINTERS 13–14 YEARS OLD BY DEVELOPING FLEXIBILITY

Каюров Е. Д., бакалавр,

Краус Т. А., канд. пед. наук, доцент

Московская государственная академия физической культуры,
п. Малаховка

АННОТАЦИЯ. В «Федеральном стандарте спортивной подготовки по виду лёгкая атлетика» в Приложении №9 «Влияние физических качеств на результативность» определено, что для бега на короткие дистанции, гибкость нужна в наименьшей степени, по сравнению с остальными качествами. Беря за основу эти данные большинство тренеров, как начинающих, так и с большим стажем работы, стараются не акцентировать своё внимание в тренировочном процессе на развитии гибкости, придавая ей малую значимость. Известно, что плохая гибкость приводит к большей скованности и к меньшей амплитуде движений. В нашем исследовании сделана попытка определить влияние развития гибкости на повышения скорости бега спринтеров.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: легкоатлеты, упражнения на гибкость, физические качества, спринтеры.