

выполнения упражнений будет требовать корректировок. В ходе исследования рассмотрены основные классические упражнения, применяемые спортсменами-силовиками в тренировочном процессе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Пронин Е.А. Анализ содержания силовой подготовки спортсменов по гиревому спорту / Е. А. Пронин // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2022. – Т. 17, № 2. – С. 26–30.
2. Пронин Е.А. Индивидуализация тренировочного процесса для развития силовой выносливости у спортсменов-гиревиков с учётом их соматотипа / Е.А. Пронин // Культура физическая и здоровье. – 2022. – № 2 (82). – С. 231–235.
3. Пронин Е.А. Особенности тренировочного режима спортсмена-гиревика / Е. А. Пронин // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2022. – № 8. – С. 88–94.
4. Пронин Е.А. Педагогическая модель развития силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту с учетом соматотипа / Е.А. Пронин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 2 (204). – С. 344–346.
5. Пронин Е.А. Структура педагогической модели развития силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту с учетом соматотипа / Е.А. Пронин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 1 (203). – С. 331–335.

REFERENCES

1. Pronin, E.A. (2022), "Analysis of the content of strength training of athletes in kettlebell lifting", *Pedagogical-psychological and medico-biological problems of physical culture and sports*, Vol. 17, No. 2, pp. 26–30.
2. Pronin, E. A. (2022), "Individualization of the training process for the development of strength endurance in weightlifters, taking into account their somatotype", *Physical culture and health*, No. 2 (82), pp. 231–235.
3. Pronin, E.A. (2022), "Features of the training regime of a kettlebell athlete", *Izvestiya Tula State University. Physical Culture. Sport*, No. 8. – pp. 88–94.
4. Pronin, E.A. (2022), "Pedagogical model of the development of strength endurance in athletes in kettlebell lifting, taking into account the somatotype", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (204), pp. 344–346.
5. Pronin, E.A. (2022), "The structure of the pedagogical model of the development of strength endurance in athletes in kettlebell lifting, taking into account the somatotype", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (203), pp. 331–335.

Контактная информация: yevgeniy.melnikov.75@internet.ru

Статья поступила в редакцию 19.01.2023

УДК 37.012.8

ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ К ПЕРЕДАЧЕ СПОРТИВНО-ЖИЗНЕННОГО ОПЫТА

Александр Викторович Милехин, кандидат педагогических наук, доцент, Ольга Васильевна Панина, доцент, Елена Николаевна Скосырева, доцент, Татьяна Николаевна Суркова, старший преподаватель, Саратовский государственный университет генетики, биотехнологий и инженерии имени Н.И. Вавилова; Денис Геннадьевич Шитов, кандидат педагогических наук, доцент, Саратовская государственная юридическая академия, Саратов

Аннотация

Передача жизненного опыта одна из основных функций воспитания: воспитание правильного поведения, приобщение к нормам морали, нравственности, множества других знаний и умений,

необходимых человеку в жизни. Не исключением является и физическое воспитание, его основная задача – передача жизненного опыта поколений по использованию средств физической культуры в гармоничном развитии человека. Умения и навыки в двигательной активности, физической культуре, в необходимом для человека объеме, не могут быть получены только от спортивных педагогов на специализированных занятиях. Огромную роль в передаче жизненного, двигательного опыта может и должно играть ближайшее окружение подрастающего поколения. Насколько студенческая молодежь готова к передаче такого опыта рассматривается в нашем исследовании.

Ключевые слова: двигательный опыт, воспитание, жизнедеятельность, умения, обучение.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p312-316

STUDENTS' READINESS TO TRANSFER SPORTS AND LIFE EXPERIENCE

Alexander Viktorovich Milekhin, the candidate of pedagogical sciences, docent, Olga Vasilyevna Panina, the docent, Elena Nikolaevna Skosyreva, the docent, Tatyana Nikolaevna Surkova, the senior teacher, Saratov State Vavilov Agrarian University; Denis Gennadievich Shitov, the candidate of pedagogical sciences, docent, Saratov state law Academy

Abstract

The transfer of life experience is one of the main functions of education: the education of correct behavior, familiarization with the norms of morality, morality, and many other knowledge and skills necessary for a person in life. Physical education is no exception, its main task is to transfer the life experience of generations on the use of physical culture in the harmonious development of a person. Skills and abilities in motor activity, physical culture, to the extent necessary for a person, cannot be obtained only from sports teachers in specialized classes. The immediate environment of the younger generation can and should play a huge role in the transfer of life, motor experience. The extent to which students are ready to transfer such experience was considered in our study.

Keywords: motor experience, education, vital activity, skills, training.

ВВЕДЕНИЕ

Широкая трактовка физического воспитания предполагает не только развитие физических качеств человека, но и получение необходимых человеку знаний, умений и навыков для его постоянного совершенствования. Получаемые занимающимися физической культурой знания помогают укреплять здоровье и развивать физические качества, в то же время, переход на новый уровень развития физических качеств требует нового уровня знаний и так постоянно. На первый взгляд, это взаимосвязанная, взаимообусловленная и, во многом, обособленная система – система, касающаяся спортивного педагога и человека, занимающегося физической культурой. С данной позиции, педагогический процесс в физическом воспитании можно рассматривать как процесс передачи жизненно-го, двигательного, спортивного опыта от спортивного педагога людям, занимающимся физической культурой. И, только на первый взгляд, такая система выглядит закрытой и самодостаточной. Особо необходимо отметить, что передача данного опыта спортивными педагогами, работающими в сфере физической культуры, хотя и рассматривается как приоритетная, но не может полностью удовлетворить потребности населения в физическом образовании [1]. Семья, дети – вот один из основных каналов передачи жизненного опыта, опыта по большинству направлений развития человека, в том числе и по физическому воспитанию.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Студенческое поколение, в недалеком будущем, потенциальные родители и, в ближайшее время, их ожидает выполнение, в том числе, и перечисленных выше функций. Как студенты-первокурсники Вавиловского университета оценивают свою готовность к передаче знаний умений и навыков в области физической культуры и спорта, насколько серьезно они относятся к данному вопросу, явилось целью нашей работы. Для получения

информации по данному вопросу авторами была составлена анкета, состоящая из 14 вопросов открытого и закрытого типа, которая была апробирована на учебно-методических занятиях по дисциплине «Физическая культура и спорт» со студентами очной и очно-заочной формы обучения. В нашем экспресс-исследовании приняли участие 120 студентов первого курса факультета ветеринарии. Данный срез студентов нас интересовал по следующей причине: они не имеют никакого студенческого опыта и являются «результатом» работы школьной системы обучения. Полученные в результате исследования данные проанализированы и обобщены, что позволило сделать выводы, приведенные в конце статьи.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ ответов респондентов позволил авторам выделить следующие основные позиции, отражающие степень готовности респондентов к передаче своего спортивно-жизненного опыта будущему поколению:

1. «Способность и умение обучать».
2. «Степень владения спортивными умениями и навыками».
3. «Отношение к утренней гигиенической гимнастике».
4. «Отношение к плаванию как жизненно необходимому умению».
5. «Отношение к совместным занятиям и играм родителей с детьми».
6. «Роль родителей при обучении спортивным навыкам».
7. «Отношение к знаниям и умениям в области военно-прикладных видах спорта».

Процедура анкетирования позволила определить характерные черты и особенности формирования потенциальной готовности первокурсников, получающих неспециальное физкультурное образование, к передаче своего спортивного опыта последующему поколению.

1. По результатам исследования выявлено, что родители или ближайшее окружение могут научить только ограниченному виду спортивных движений. В основном это широко распространенные виды: лыжи, коньки, волейбол, баскетбол, настольный теннис, плавание (68%). Совсем редко встречаются виды, в которых окружение студентов имели определенные успехи это: бокс, стрельба, бадминтон, гребля. Все эти виды освоены на уровне знакомства и владения основами спортивных движений.

2. Из видов спорта, которыми студенты владеют лучше всего, они выделили, в первую очередь те, которые были во время обучения в школе (школьной программе) – легкая атлетика (бег), волейбол, футбол, баскетбол. Именно этим видам, в их самой простой основе, могут научить своих детей опрошенные студенты, в основном, в форме показа отдельных движений (передвижений, бросков, передач и т. д.) и объяснения основных правил вида спорта в упрощенном виде. Так, например, из студентов ответивших, что они умеют играть в настольный теннис, только 12% знают, что мячу при ударе ракеткой можно придать вращение. Этот ответ характеризует уровень владения техникой игры опрошенных студентов. В их представлении попасть по мячу ракеткой и отправить его на половину соперника является критерием умения играть в теннис.

3. Значение зарядки практически никто не отрицает, лишь малая часть согласна заниматься ею совместно с детьми, но в целях приобщения детей к ней, а не как результат привычки делать ее. Большая часть студентов (72%) не считает большой трагедией неудачу в приобщении детей к утренней зарядке. Они искренне считают, что если не удастся приобщить детей к утренней зарядке, то дневной двигательной активности и так будет достаточно для их развития (94%), что на наш взгляд является прямым отражением их образа жизни.

4. Плавание, жизненно необходимое двигательное действие, овладение которым, по мнению анкетированных, следующим поколением предполагается, весьма неопределен-

но: «когда подрастет» (64%). Лучшим вариантом, обучения плаванию, считается посещение секции по плаванию, бассейна (76%). Довольно большой процент склоняется к методу научения, которым их научили плавать родители «с подстраховкой предоставить ребенку самому, на основе рефлексов попробовать держаться на воде» (64%). Азы обучения плаванию в домашних условиях, в ванне, «сухое плавание», серьезно не рассматривают (93%) опрошенных. Объяснению техники выполнения движений при обучении плаванию, студенты предпочитают личную демонстрацию или наблюдение за достойным объектом, оказавшимся рядом.

5. Весьма показательны ответы на вопрос о необходимости принятия участия в совместных, с подрастающим поколением играх. Основными играми считают футбол, пионербол, прятки, «вышибалы» (89%). Как видим, арсенал игр весьма скуден, к довершению (92%) опрошенных считает, что в подвижные игры дети должны играть сами со своими сверстниками, так как, играть со взрослыми не интересно ни тем, ни другим. Очевидно, что о серьезном намерении передачи жизненного опыта, в данной составляющей физического воспитания, говорить явно не приходится.

6. Родители должны обучать азам какого-либо вида спорта. За данную функцию родителей (96%) высказались те студенты, которые занимались или занимаются каким-либо видом спорта, до настоящего времени. Из тех студентов, которые не занимались активно спортом, на данный вопрос положительно ответили только (3%). Интересен вопрос, как они собираются это осуществить, если не занимались сами? Ответ был практически очевиден. Из видов спорта, в овладении которыми должны принимать активное участие родители, были отмечены в основном широко используемые в жизнедеятельности: бег, езда на велосипеде, ходьба на лыжах, катание на коньках, плавание. Причем бег не рассматривается как сложное спортивное движение, им владеют все, и даже учиться технике не важно, важным считают развитие физического качества при беге – быстроты или выносливости. Технически сложными считают лыжи и катание на коньках, при обучении им необходима подсказка со стороны. Основным методом при обучении, считают личную демонстрацию движений и подражание со стороны обучаемых.

7. Подавляющее число студентов (73%) не имеют представления о военно-прикладных видах спорта и не знают, например, как необходимо прицеливаться при стрельбе из пневматической винтовки, практически этого не делали, а тем более, научить этому не смогут и даже не задумывались над этим вопросом. Этот вопрос, первоначально, был встречен неприкрытым удивлением: «... а в современном мире – это жизненно необходимо?». Практическую необходимость данного навыка подтверждают факты международной обстановки, требований целого ряда профессий и норм ГТО.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе полученных данных можно сделать следующий вывод: на наш взгляд в переходной среде между школой и студенчеством сложилось представление о приоритете передачи знаний о физической культуре от спортивного педагога занимающимся физической культурой и спортом и на этом цепочка практически прерывается. Явно недостаточна заинтересованность студентов в предполагаемом обучении ими спортивными движениями последующего поколения. На общем фоне, по данному вопросу, хорошо смотрятся студенты, занимающиеся или занимавшиеся каким-либо видом спорта в секциях. Все анкетированные, занимавшиеся ранее каким-либо видом спорта, отметили положительный перенос полученных там знаний, умений и навыков на овладение техникой других видов спорта (98%). Авторы считают, что для повышения мотивации студентов в исследуемом направлении, необходимо не только применять все доступные воспитательные средства и методы в учебно-тренировочном процессе, но и активно внедрять систему спортивно-оздоровительных мероприятий во внеурочное время по формированию у обучающихся компетенций в сфере сохранения и укрепления здоровья. Также, необходимо повышать

теоретическую подготовку в рамках дисциплины «Физическая культура и спорт», широко используя все виды самостоятельной работы, как аудиторной, так и внеаудиторной [2].

Авторы планируют продолжить исследование, проведя анкетирование на момент окончания обучения студентов в университете, сравнительный анализ полученных показателей поможет выявить их динамику, определив, влияние большого и важного жизненного периода обучения в вузе, на мировоззрение студентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Динамика представлений о роли физической культуры в жизни человека / А.В. Милехин, О.В. Панина, Я. Ю. Правкина [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 2(204). – С. 278–281.
2. Мизюрова Э.Ю., Эффективность самостоятельной работы в профессиональной подготовке студентов аграрного университета / Э.Ю. Мизюрова, К.А. Рокитянская // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020– №12 (190) – С.131–136.

REFERENCES

1. Milekhin, A.V., Panina, O.V., Pravkina, Y.Y., Milekhina, I.A and Shitov D.G. (2022), “Dynamics of concepts on the role of physical culture in human life”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No.2 (204), pp. 278–281.
2. Misyurova, E.Yu and Rokityanskaya, K.A. (2020), “Efficiency of independent work in the students’ professional training at the agrarian university”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No.12 (190), pp. 131–136.

Контактная информация: milekhina62@mail.ru

Статья поступила в редакцию 22.01.2023

УДК 796.011.3

МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ СТУДЕНТОВ ЮНОШЕЙ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА

Рустем Рафикович Миннахметов, кандидат биологических наук, доцент, Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Казань; **Рамиль Сунгатович Мухаметсафин**, старший преподаватель, **Татьяна Викторовна Абдрашитова**, старший преподаватель, Казанский (Приволжский) федеральный университет. Казань

Аннотация

В данной работе показаны морфофункциональные особенности студентов циклических видов спорта, обучающихся по направлениям подготовки лыжные гонки и гребной спорт. Гребцам характерен максимальный рост, они имеют наибольшую длину туловища и верхних конечностей, выраженную силу кисти. Сравнительный анализ окружностей плеча позволяет судить о хорошем развитии мышц разгибателей верхних конечностей у лыжников. На основе анализа соответствующих значений установлена прямая зависимость величины жизненной емкости легких и силы кисти. Спортсменам лыжникам характерно минимальное исходное значение частоты сердечного сокращения и наименьшее учащение сердцебиения в ответ на дозированную физическую нагрузку. Лыжники обладают наиболее продолжительным временем сохранения статического равновесия.

Ключевые слова: антропометрия, физическая нагрузка, частота сердечного сокращения, рост, сила кисти.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p316-319

MORPHOFUNCTIONAL PROFILE OF MALE STUDENTS IN CYCLING SPORTS

Rustem Rafikovich Minnakhmetov, the candidate of biological sciences, docent, Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Kazan; **Ramil Sungatovich Mukhametsaf-**